

# \*Menú Triturado CC. Ene - Feb 2023

Triturado - - Colegios IN SITU Andalucía (Alimentart)

## Lunes

**23** Pasada de Verduras con Huevo Patata Dado Eco, Huevo Duro, Zanahoria Dado Eco, Calabaza Dado Eco  
Yogur Natural Azucarado Yogurt Natural C/az

## Martes

**24** Pasada de Calabacín con Ternera Patata Dado Eco, Calabacín Dado Eco, Ternera Dada, Aceite Oliva Virgen Extra Eco  
Yogur Natural Azucarado Yogurt Natural C/az

## Miércoles

**25** Pasada de Zanahoria con Pescado, Zanahoria Dado Eco, Patata Dado Eco, Merluza Filete S/P, Aceite Oliva Virgen Extra Eco  
Yogur Natural Azucarado Yogurt Natural C/az

## Jueves

**26** Pasada de Garbanzos con Verduras Patata Dado Eco, Garbanzo Cocido, Calabacín Dado Eco, Calabaza Dado Eco  
Yogur Natural Azucarado Yogurt Natural C/az

## Viernes

**27** Pasada de Lentejas con Calabaza Calabaza Dado Eco, Patata Dado Eco, Lenteja Cocida, Aceite Oliva Virgen Extra Eco  
Yogur Natural Azucarado Yogurt Natural C/az

**30** Pasada de Alubias Blancas con Calabacín Calabacín Dado Eco, Patata Dado Eco, Alubia Blanca Cocida, Aceite Oliva Virgen Extra Eco  
Yogur Natural Azucarado Yogurt Natural C/az

**31** Pasada de Verduras con Pavo Patata Dado Eco, Pavo Dado, Zanahoria Dado Eco, Calabaza Dado Eco  
Yogur Natural Azucarado Yogurt Natural C/az

**1** Pasada de Lentejas con Pollo Patata Dado Eco, Lenteja Cocida, Pollo Contramuslo, Zanahoria Dado Eco  
Yogur Natural Azucarado Yogurt Natural C/az

**2** Pasada de Zanahoria con Magro de Cerdo Patata Dado Eco, Zanahoria Dado Eco, Cerdo Dado, Aceite Oliva Virgen Extra Eco  
Yogur Natural Azucarado Yogurt Natural C/az

**3** Pasada de Calabaza con Pescado Patata Dado Eco, Calabaza Dado Eco, Merluza Filete S/P, Aceite Oliva Virgen Extra Eco  
Yogur Natural Azucarado Yogurt Natural C/az

**6** Pasada de Alubias con Huevo Patata Dado Eco, Zanahoria Dado Eco, Alubia Blanca Cocida, Huevo Duro  
Yogur Natural Azucarado Yogurt Natural C/az

**7** Pasada de Verduras con Pavo Patata Dado Eco, Pavo Dado, Zanahoria Dado Eco, Calabaza Dado Eco  
Yogur Natural Azucarado Yogurt Natural C/az

**8** Pasada de Puchero Zanahoria Dado Eco, Patata Dado Eco, Garbanzo Cocido Eco, Pollo Contramuslo  
Yogur Natural Azucarado Yogurt Natural C/az

**9** Pasada de Calabaza con Ternera Patata Dado Eco, Calabaza Dado Eco, Ternera Dado, Aceite Oliva Virgen Extra Eco  
Yogur Natural Azucarado Yogurt Natural C/az

**10** Pasada de Verduras con Pescado Patata Dado Eco, Merluza Filete S/P, Zanahoria Dado Eco, Calabaza Dado Eco  
Yogur Natural Azucarado Yogurt Natural C/az

**13** Pasada de Verduras con Ternera Patata Dado Eco, Ternera Dado, Zanahoria Dado Eco, Calabaza Dado Eco  
Yogur Natural Azucarado Yogurt Natural C/az

**14** Pasada de Zanahoria con Huevo Zanahoria Dado Eco, Patata Dado Eco, Huevo Duro, Huevo Liguado  
Yogur Natural Azucarado Yogurt Natural C/az

**15** Pasada de Lentejas con Verduras Patata Dado Eco, Lenteja Cocida, Zanahoria Dado Eco, Calabaza Dado Eco  
Yogur Natural Azucarado Yogurt Natural C/az

**16** Pasada de Calabacín con Pollo Patata Dado Eco, Calabacín Dado Eco, Pollo Contramuslo, Aceite Oliva Virgen Extra Eco  
Yogur Natural Azucarado Yogurt Natural C/az

**17** Pasada de Verduras con Pescado Patata Dado Eco, Merluza Filete S/P, Zanahoria Dado Eco, Calabaza Dado Eco  
Yogur Natural Azucarado Yogurt Natural C/az

# \* Menú IS Andalucía. Ene - Feb 2023

Sin Gluten - - - Colegios IN SITU Andalucía (Alimentart)

## Lunes

**23** Ensalada de Lechuga, Maiz y Queso Fresco. Lechuga, leberg, Maiz Dulce, Queso Fresco, Aceite Oliva Virgen Extra Eco.  
**Cazuela de Fideos sin Gluten con Choco**  
Patata Dado Eco, Fideos Sin Gluten, Zanahoria Dado Eco, Guisante Eco

**Pan Sin Gluten** Pan S/gluten  
Yogur Natural Azucarado. Yogurt Natural C/az

**30** Ensalada de Lechuga, Col, Zanahoria, Maiz y Huevo Cocido 4 espciones (lechuga, lombarda, zanahoria), Huevo Duro, Maiz Dulce, Aceite Oliva Virgen Extra Eco.  
**Patatas Guisadas con Pollo** Patata Dado Eco, Pollo Carnamenudo, Pimiento Bojo Dado Eco, Pimiento Verde Dado Eco

**Pan Sin Gluten** Pan S/gluten  
Yogur Natural Azucarado. Yogurt Natural C/az

**6** Crema de Calabaza Calabaza Dado Eco, Patata Dado Eco, Aceite Oliva Virgen Extra Eco, Cebolla Dado Eco.  
Hamburguesa de Ternera a la Plancha con Cebolla Pochada Hamburguesa Ternera, Cebolla Dado Eco, Aceite Oliva Virgen Extra Eco, Ajo.  
Arroz Pilaf Salteado. Arroz Vaporizado, Aceite Oliva Virgen Extra Eco, Sal Fina Yodada, Perejil

**Pan Sin Gluten** Pan S/gluten  
Yogur Natural Azucarado. Yogurt Natural C/az

**13** Arroz Caldoso de Verduras Arroz Vaporizado, Achiote, Guisante Eco, Judía Verde Redonda Eco.  
Tortilla de Patatas con Cebolla Tortilla Patata/Cebola Aceli.

**Pan Sin Gluten** Pan S/gluten  
Yogur Natural Azucarado. Yogurt Natural C/az

**14** Crema de Calabacin Calabacin Dado Eco, Patata Dado Eco, Cebolla Dado Eco, Aceite Oliva Virgen Extra Eco.  
**Espaguetis Sin Gluten Bolonesa** Espagueti S/gluten, Tomate Frito Eco, Pollo Picada, Ternera Picada

**Pan Sin Gluten** Pan S/gluten  
Yogur Natural Azucarado. Yogurt Natural C/az

**15** Sopa de Verduras con Garbanzos Zanahoria Dado Eco, Patata Dado Eco, Garbanzo Pedrosillano, Cebolla Dado Eco.  
**Muslito de Pollo al Horno al Ajillo** Pollo Jamoncito, Aceite Oliva Virgen Extra Eco, Patata Dado Eco, Cebolla Dado Eco.  
Patatas al Horno a la Provenzal Patata Panadera Eco, Aceite Oliva Virgen Extra Eco, Ajo, Limon, Tomillo

**Pan Sin Gluten** Pan S/gluten  
Yogur Natural Azucarado. Yogurt Natural C/az

**1** Tortilla de Patatas con Cebolla Tortilla Patata/Cebola Aceli.  
Ensalada de Lechuga y Tomate Tomate, Lechuga, leberg, Aceite Oliva Virgen Extra Eco, Vinagre.  
Patatas Panaderas al Vapor Patata Panadera Eco, Aceite Oliva Virgen Extra Eco, Pimiento, Sal Fina Yodada

**Pan Sin Gluten** Pan S/gluten  
Yogur Natural Azucarado. Yogurt Natural C/az

**7** Alubias Blancas Guisadas Patata Dado Eco, Alubia Blanca, Zanahoria Dado Eco, Pimiento Verde Dado Eco.  
Tortilla Francesa Tortilla Francesa

**Pan Sin Gluten** Pan S/gluten  
Yogur Natural Azucarado. Yogurt Natural C/az

## Martes

**24** Crema de Calabacin Calabacin Dado Eco, Patata Dado Eco, Cebolla Dado Eco, Aceite Oliva Virgen Extra Eco.  
**Espaguetis Sin Gluten Bolonesa** Espagueti S/gluten, Tomate Frito Eco, Pollo Picada, Ternera Picada

**Pan Sin Gluten** Pan S/gluten  
Yogur Natural Azucarado. Yogurt Natural C/az

**31** Crema de Zanahoria Zanahoria Dado Eco, Patata Dado Eco, Aceite Oliva Virgen Extra Eco, Cebolla Dado Eco.  
Albondigas de Cerdo al Horno a la Jardinera Albondigas Eco, Tomate Frito Eco, Zanahoria Dado Eco, Guisante Eco.  
Patatas Panaderas al Vapor Patata Panadera Eco, Aceite Oliva Virgen Extra Eco, Pimiento, Sal Fina Yodada

**Pan Sin Gluten** Pan S/gluten  
Yogur Natural Azucarado. Yogurt Natural C/az

**7** Alubias Blancas Guisadas Patata Dado Eco, Alubia Blanca, Zanahoria Dado Eco, Pimiento Verde Dado Eco.  
Tortilla Francesa Tortilla Francesa

**Pan Sin Gluten** Pan S/gluten  
Yogur Natural Azucarado. Yogurt Natural C/az

**14** Crema de Verduras Patata Dado Eco, Calabacin Dado Eco, Calabaza Dado Eco, Zanahoria Dado Eco.  
**Espaguetis Sin Gluten Bolonesa** Espagueti S/gluten, Tomate Frito Eco, Pollo Picada, Ternera Picada

**Pan Sin Gluten** Pan S/gluten  
Yogur Natural Azucarado. Yogurt Natural C/az

**15** Sopa de Verduras con Garbanzos Zanahoria Dado Eco, Patata Dado Eco, Garbanzo Pedrosillano, Cebolla Dado Eco.  
**Muslito de Pollo al Horno al Ajillo** Pollo Jamoncito, Aceite Oliva Virgen Extra Eco, Patata Dado Eco, Cebolla Dado Eco.  
Patatas al Horno a la Provenzal Patata Panadera Eco, Aceite Oliva Virgen Extra Eco, Ajo, Limon, Tomillo

**Pan Sin Gluten** Pan S/gluten  
Yogur Natural Azucarado. Yogurt Natural C/az

**1** Tortilla de Patatas con Cebolla Tortilla Patata/Cebola Aceli.  
Ensalada de Lechuga y Tomate Tomate, Lechuga, leberg, Aceite Oliva Virgen Extra Eco, Vinagre.  
Patatas Panaderas al Vapor Patata Panadera Eco, Aceite Oliva Virgen Extra Eco, Pimiento, Sal Fina Yodada

**Pan Sin Gluten** Pan S/gluten  
Yogur Natural Azucarado. Yogurt Natural C/az

**8** Macarrones Sin Gluten con Tomate y Albahaca Macarrones Sin Gluten - Saco, Tomate Triturado, Tomate Frito Eco, Aceite Oliva Virgen Extra Eco.  
Mermelado de Alun Guisado Patata Dado Eco, Alm Teas, Cebolla Dado Eco, Pimiento Rodaja

**Pan Sin Gluten** Pan S/gluten  
Yogur Natural Azucarado. Yogurt Natural C/az

**9** Ensalada de lechuga, Maiz y Queso Fresco Lechuga, leberg, Maiz Dulce, Queso Fresco, Aceite Oliva Virgen Extra Eco.  
Puchero Patata Dado Eco, Garbanzo Pedrosillano, Pollo Carnamenudo, Arroz Vaporizado

**Pan Sin Gluten** Pan S/gluten  
Yogur Natural Azucarado. Yogurt Natural C/az

## Miércoles

**25** Sopa de Verduras con Garbanzos Zanahoria Dado Eco, Patata Dado Eco, Garbanzo Pedrosillano, Cebolla Dado Eco.  
**Muslito de Pollo al Horno al Ajillo** Pollo Jamoncito, Aceite Oliva Virgen Extra Eco, Patata Dado Eco, Cebolla Dado Eco.  
Patatas al Horno a la Provenzal Patata Panadera Eco, Aceite Oliva Virgen Extra Eco, Ajo, Limon, Tomillo

**Pan Sin Gluten** Pan S/gluten  
Yogur Natural Azucarado. Yogurt Natural C/az

**1** Tortilla de Patatas con Cebolla Tortilla Patata/Cebola Aceli.  
Ensalada de Lechuga y Tomate Tomate, Lechuga, leberg, Aceite Oliva Virgen Extra Eco, Vinagre.  
Patatas Panaderas al Vapor Patata Panadera Eco, Aceite Oliva Virgen Extra Eco, Pimiento, Sal Fina Yodada

**Pan Sin Gluten** Pan S/gluten  
Yogur Natural Azucarado. Yogurt Natural C/az

**8** Macarrones Sin Gluten con Tomate y Albahaca Macarrones Sin Gluten - Saco, Tomate Triturado, Tomate Frito Eco, Aceite Oliva Virgen Extra Eco.  
Mermelado de Alun Guisado Patata Dado Eco, Alm Teas, Cebolla Dado Eco, Pimiento Rodaja

**Pan Sin Gluten** Pan S/gluten  
Yogur Natural Azucarado. Yogurt Natural C/az

**15** Ensalada de lechuga, Col, Zanahoria, Maiz y Huevo Cocido 4 espciones (lechuga, lombarda, zanahoria), Huevo Duro, Maiz Dulce, Aceite Oliva Virgen Extra Eco.  
**Merluza al Horno con Salsa Atonizada** Merluza Minced, Tomate Triturado, Aceite Oliva Virgen Extra Eco, Zanahoria Dado Eco.  
Arroz Pilaf Salteado. Arroz Vaporizado, Aceite Oliva Virgen Extra Eco, Sal Fina Yodada, Perejil

**Pan Sin Gluten** Pan S/gluten  
Yogur Natural Azucarado. Yogurt Natural C/az

**26** Arroz al Vapor con Salsa de Tomate Arroz Vaporizado, Tomate Frito Eco, Tomate Triturado, Aceite Oliva Virgen Extra Eco.  
Tortilla Francesa Tortilla Francesa

**Pan Sin Gluten** Pan S/gluten  
Yogur Natural Azucarado. Yogurt Natural C/az

**2** Crema Horrelana Patata Dado Eco, Calabaza Dado Eco, Zanahoria Dado Eco, Espinacas.  
Arroz al Horno con Pavo y Zanahoria Arroz Vaporizado, Pavo Dado, Zanahoria Dado Eco, Aceite Oliva Virgen Extra Eco

**Pan Sin Gluten** Pan S/gluten  
Yogur Natural Azucarado. Yogurt Natural C/az

**9** Ensalada de lechuga, Maiz y Queso Fresco Lechuga, leberg, Maiz Dulce, Queso Fresco, Aceite Oliva Virgen Extra Eco.  
Puchero Patata Dado Eco, Garbanzo Pedrosillano, Pollo Carnamenudo, Arroz Vaporizado

**Pan Sin Gluten** Pan S/gluten  
Yogur Natural Azucarado. Yogurt Natural C/az

**16** Crema de Calabacin Calabacin Dado Eco, Patata Dado Eco, Cebolla Dado Eco, Aceite Oliva Virgen Extra Eco.  
**Jamoncitos de Pollo al Horno** Pollo Jamoncito, Aceite Oliva Virgen Extra Eco, Vino Blanco, Sal Fina Yodada.  
Patatas Panaderas al Vapor Patata Panadera Eco, Aceite Oliva Virgen Extra Eco, Pimiento, Sal Fina Yodada

**Pan Sin Gluten** Pan S/gluten  
Yogur Natural Azucarado. Yogurt Natural C/az

## Jueves

**26** Arroz al Vapor con Salsa de Tomate Arroz Vaporizado, Tomate Frito Eco, Tomate Triturado, Aceite Oliva Virgen Extra Eco.  
Tortilla Francesa Tortilla Francesa

**Pan Sin Gluten** Pan S/gluten  
Yogur Natural Azucarado. Yogurt Natural C/az

**2** Crema Horrelana Patata Dado Eco, Calabaza Dado Eco, Zanahoria Dado Eco, Espinacas.  
Arroz al Horno con Pavo y Zanahoria Arroz Vaporizado, Pavo Dado, Zanahoria Dado Eco, Aceite Oliva Virgen Extra Eco

**Pan Sin Gluten** Pan S/gluten  
Yogur Natural Azucarado. Yogurt Natural C/az

**9** Ensalada de lechuga, Maiz y Queso Fresco Lechuga, leberg, Maiz Dulce, Queso Fresco, Aceite Oliva Virgen Extra Eco.  
Puchero Patata Dado Eco, Garbanzo Pedrosillano, Pollo Carnamenudo, Arroz Vaporizado

**Pan Sin Gluten** Pan S/gluten  
Yogur Natural Azucarado. Yogurt Natural C/az

**16** Crema de Calabacin Calabacin Dado Eco, Patata Dado Eco, Cebolla Dado Eco, Aceite Oliva Virgen Extra Eco.  
**Jamoncitos de Pollo al Horno** Pollo Jamoncito, Aceite Oliva Virgen Extra Eco, Vino Blanco, Sal Fina Yodada.  
Patatas Panaderas al Vapor Patata Panadera Eco, Aceite Oliva Virgen Extra Eco, Pimiento, Sal Fina Yodada

**Pan Sin Gluten** Pan S/gluten  
Yogur Natural Azucarado. Yogurt Natural C/az

**27** Arroz con Calabaza y Puerro Arroz Vaporizado, Puerro Rodaja, Calabaza Dado Eco, Aceite Oliva Virgen Extra Eco.  
Bacalao al Horno a la Riojana Bacalao Med Perten Bojo Dado Eco, Pimiento Frito Eco.  
Ensalada Rustica Lech, Romain, Esc, Rucola, Achiote, Ajo, Rola, Aceite Oliva Virgen Extra Eco, Vinagre, Sal Fina Yodada

**Pan Sin Gluten** Pan S/gluten  
Yogur Natural Azucarado. Yogurt Natural C/az

**3** Macarrones Sin Gluten con Tomate y Orégano Macarrones Sin Gluten, Tomate Frito Eco, Aceite Oliva Virgen Extra Eco, Sal Fina Yodada.  
Jureles al Horno en Salsa de Adobo Jurel Frito, Aceite Oliva Virgen Extra Eco, Cebolla Dado Eco, Patata Dado Eco.  
Ensalada Clasica Esmeralda Lian y Rindas, Achiote Rola, Aceite Oliva Virgen Extra Eco, Vinagre, Sal Fina Yodada

**Pan Sin Gluten** Pan S/gluten  
Yogur Natural Azucarado. Yogurt Natural C/az

**10** Arroz al Vapor con Salsa de Tomate Arroz Vaporizado, Tomate Frito Eco, Tomate Triturado, Aceite Oliva Virgen Extra Eco.  
Merluza al Horno en Salsa de Cebolla y Eneldo Merluza Fricada, Cebolla Dado Eco, Vino Blanco, Aceite Oliva Virgen Extra Eco

**Pan Sin Gluten** Pan S/gluten  
Yogur Natural Azucarado. Yogurt Natural C/az

**17** Macarrones Sin Gluten con Tomate y Queso Macarrones Sin gluten - Saco, Tomate Triturado, Tomate Frito Eco, Queso Rubido

**Pan Sin Gluten** Pan S/gluten  
Yogur Natural Azucarado. Yogurt Natural C/az

## Viernes

**27** Arroz con Calabaza y Puerro Arroz Vaporizado, Puerro Rodaja, Calabaza Dado Eco, Aceite Oliva Virgen Extra Eco.  
Bacalao al Horno a la Riojana Bacalao Med Perten Bojo Dado Eco, Pimiento Frito Eco.  
Ensalada Rustica Lech, Romain, Esc, Rucola, Achiote, Ajo, Rola, Aceite Oliva Virgen Extra Eco, Vinagre, Sal Fina Yodada

**Pan Sin Gluten** Pan S/gluten  
Yogur Natural Azucarado. Yogurt Natural C/az

**3** Macarrones Sin Gluten con Tomate y Orégano Macarrones Sin Gluten, Tomate Frito Eco, Aceite Oliva Virgen Extra Eco, Sal Fina Yodada.  
Jureles al Horno en Salsa de Adobo Jurel Frito, Aceite Oliva Virgen Extra Eco, Cebolla Dado Eco, Patata Dado Eco.  
Ensalada Clasica Esmeralda Lian y Rindas, Achiote Rola, Aceite Oliva Virgen Extra Eco, Vinagre, Sal Fina Yodada

**Pan Sin Gluten** Pan S/gluten  
Yogur Natural Azucarado. Yogurt Natural C/az

**10** Arroz al Vapor con Salsa de Tomate Arroz Vaporizado, Tomate Frito Eco, Tomate Triturado, Aceite Oliva Virgen Extra Eco.  
Merluza al Horno en Salsa de Cebolla y Eneldo Merluza Fricada, Cebolla Dado Eco, Vino Blanco, Aceite Oliva Virgen Extra Eco

**Pan Sin Gluten** Pan S/gluten  
Yogur Natural Azucarado. Yogurt Natural C/az

**17** Macarrones Sin Gluten con Tomate y Queso Macarrones Sin gluten - Saco, Tomate Triturado, Tomate Frito Eco, Queso Rubido

**Pan Sin Gluten** Pan S/gluten  
Yogur Natural Azucarado. Yogurt Natural C/az

**17** Macarrones Sin Gluten con Tomate y Queso Macarrones Sin gluten - Saco, Tomate Triturado, Tomate Frito Eco, Queso Rubido

**Pan Sin Gluten** Pan S/gluten  
Yogur Natural Azucarado. Yogurt Natural C/az

**17** Macarrones Sin Gluten con Tomate y Queso Macarrones Sin gluten - Saco, Tomate Triturado, Tomate Frito Eco, Queso Rubido

**Pan Sin Gluten** Pan S/gluten  
Yogur Natural Azucarado. Yogurt Natural C/az

**17** Macarrones Sin Gluten con Tomate y Queso Macarrones Sin gluten - Saco, Tomate Triturado, Tomate Frito Eco, Queso Rubido

**Pan Sin Gluten** Pan S/gluten  
Yogur Natural Azucarado. Yogurt Natural C/az

**17** Macarrones Sin Gluten con Tomate y Queso Macarrones Sin gluten - Saco, Tomate Triturado, Tomate Frito Eco, Queso Rubido

**Pan Sin Gluten** Pan S/gluten  
Yogur Natural Azucarado. Yogurt Natural C/az

# \*Menú IS Andalucía. Ene - Feb 2023

Sin Lentejas Sin Judías Verdes - . - Colegios IN SITU Andalucía (Alimentart)

## Lunes

**23** Ensalada de lechuga, Maiz y Queso Fresco  
Lechuga, Maiz Duro, Queso Fresco, Aceite  
Olive Virgen Extra Eco

Pan Blanco Pan

Yogur Natural Azucarado Yogurt Natural C/az

**Cena:** Arroz + Aze + Fruta

**30** Ensalada de Lechuga, Col, Zanahoria, Maiz  
y Huevo cocido 4 especias (lechuga, lombarda,  
zanahoria, Huevo Duro, Maiz Duro, Aceite Olive  
Virgen Extra Eco

Pan Blanco Pan

Yogur Natural Azucarado Yogurt Natural C/az

**Cena:** Pasta + Pescado + Fruta

**6** Crema de Calabaza Calabaza Dado Eco, Patata  
Dado Eco, Aceite Olive Virgen Extra Eco, Cebolla Dado  
Eco

Pan Blanco Pan

Yogur Natural Azucarado Yogurt Natural C/az

**Cena:** Ensalada + Huevo + Lacteo o Fruta

**13** Arroz Calabozos de Verduras Sin Judías  
Verdes Arroz Vaporizado, Cebolla Dado Eco, Tomate  
Tirrado, Pimiento Verde Dado Eco

Pan Blanco Pan

Yogur Natural Azucarado Yogurt Natural C/az

**Cena:** Verdura + Carne + Lacteo o Fruta

**13** Tortilla de Patatas con Cebolla Tortilla  
Patata, Cebolla, Aceite

Pan Blanco Pan

Yogur Natural Azucarado Yogurt Natural C/az

**Cena:** Verdura + Carne + Lacteo o Fruta

## Martes

**24** Crema de Calabacin Calabacin Dado Eco, Patata  
Dado Eco, Cebolla Dado Eco, Aceite Olive Virgen Extra  
Eco

Pan Blanco Pan

Yogur Natural Azucarado Yogurt Natural C/az

**Cena:** Ensalada + Huevo + Lacteo o Fruta

**31** Crema de Aceite Olive Virgen Extra Eco, Cebolla Dado  
Eco

Pan Blanco Pan

Yogur Natural Azucarado Yogurt Natural C/az

**Cena:** Ensalada + Huevo + Lacteo o Fruta

**7** Alubias Blancas Guisadas Patata Dado Eco,  
Alubia Blanca, Zanahoria Dado Eco, Pimiento Verde Dado  
Eco

Pan Blanco Pan

Yogur Natural Azucarado Yogurt Natural C/az

**Cena:** Arroz + Aze + Lacteo o Fruta

**14** Crema de Verduras Patata Dado Eco, Calabacin  
Dado Eco, Calabaza Dado Eco, Zanahoria Dado Eco

Pan Blanco Pan

Yogur Natural Azucarado Yogurt Natural C/az

**Cena:** Ensalada + Pescado + Lacteo o Fruta

**14** Tallarines Boloñesa Tallarines, Tomate Tirrado,  
Tomate Frito Eco, Pella Picada

Pan Blanco Pan

Yogur Natural Azucarado Yogurt Natural C/az

**Cena:** Ensalada + Pescado + Lacteo o Fruta

## Miércoles

**25** Sopa de Verduras con Garbanzos Zanahoria  
Dado Eco, Patata Dado Eco, Garbanzo Peditallano,  
Cebolla Dado Eco

Pan Blanco Pan

Yogur Natural Azucarado Yogurt Natural C/az

**Cena:** Pasta + Pescado + Lacteo o Fruta

**1** Potaje de Alubias Blancas con Calabacin  
Alubia Blanca, Patata Dado Eco, Calabacin Dado Eco,  
Zanahoria Dado Eco

Pan Blanco Pan

Yogur Natural Azucarado Yogurt Natural C/az

**Cena:** Arroz + Aze + Lacteo o Fruta

**8** Macarrones con Tomate y Albahaca  
Macarrones, Tomate Tirrado, Tomate Frito Eco,  
Aceite Olive Virgen Extra Eco

Pan Blanco Pan

Yogur Natural Azucarado Yogurt Natural C/az

**Cena:** Verdura + Carne + Lacteo o Fruta

**15** Ensalada de Lechuga, Col, Zanahoria, Maiz  
y Huevo Cocido 4 especias (lechuga, lombarda,  
zanahoria, Huevo Duro, Maiz Duro, Aceite Olive  
Virgen Extra Eco

Pan Blanco Pan

Yogur Natural Azucarado Yogurt Natural C/az

**Cena:** Verdura + Carne + Lacteo o Fruta

**15** Arroz con Verduras y picada de ternera  
Arroz Vaporizado, Zanahoria Dado Eco, Ternera Picada,  
Aceite Olive Virgen Extra Eco

Pan Blanco Pan

Yogur Natural Azucarado Yogurt Natural C/az

**Cena:** Verdura + Carne + Lacteo o Fruta

## Jueves

**26** Arroz al Vapor con Salsa de Tomate Arroz  
Vaporizado, Tomate Frito Eco, Tomate Tirrado, Aceite  
Olive Virgen Extra Eco

Pan Blanco Pan

Yogur Natural Azucarado Yogurt Natural C/az

**Cena:** Verdura + Carne + Lacteo o Fruta

**2** Crema Horcheliana Patata Dado Eco, Calabaza Dado  
Eco, Zanahoria Dado Eco, Espinacas

Pan Blanco Pan

Yogur Natural Azucarado Yogurt Natural C/az

**Cena:** Ensalada + Huevo + Lacteo o Fruta

**9** Ensalada de lechuga, Maiz y Queso Fresco  
Lechuga (lechuga, Maiz Duro, Queso Fresco, Aceite Olive  
Virgen Extra Eco

Pan Blanco Pan

Yogur Natural Azucarado Yogurt Natural C/az

**Cena:** Pasta + Pescado + Fruta

**16** Crema de Calabacin Calabacin Dado Eco, Patata  
Dado Eco, Cebolla Dado Eco, Aceite Olive Virgen Extra  
Eco

Pan Blanco Pan

Yogur Natural Azucarado Yogurt Natural C/az

**Cena:** Ensalada + Huevo + Lacteo o Fruta

**16** Jamoncio de Pollo al Horno Pella Jamoncio,  
Aceite Olive Virgen Extra Eco, Vino Blanco, Ajo

Pan Blanco Pan

Yogur Natural Azucarado Yogurt Natural C/az

**Cena:** Verdura + Carne + Lacteo o Fruta

## Viernes

**27** Guiso de Patata y Calabaza Patata Dado Eco,  
Calabaza Dado Eco, Aceite Olive Virgen Extra Eco, Tomate  
Tirrado

Pan Blanco Pan

Yogur Natural Azucarado Yogurt Natural C/az

**Cena:** Pasta + Huevo + Lacteo o Fruta

**3** Lacteos con Salsa de Tomate y Orégano  
Española Tomate Tirrado, Tomate Frito Eco, Aceite  
Olive Virgen Extra Eco

Pan Blanco Pan

Yogur Natural Azucarado Yogurt Natural C/az

**Cena:** Verdura + Carne + Lacteo o Fruta

**10** Arroz al Vapor con Salsa de Tomate Arroz  
Vaporizado, Tomate Frito Eco, Tomate Tirrado, Aceite  
Olive Virgen Extra Eco

Pan Blanco Pan

Yogur Natural Azucarado Yogurt Natural C/az

**Cena:** Verdura + Carne + Lacteo o Fruta

**17** Espirales con Salsa de Tomate y Queso  
Rallado Espinal, Tomate Tirrado, Tomate Frito Eco,  
Queso Rallado

Pan Blanco Pan

Yogur Natural Azucarado Yogurt Natural C/az

**Cena:** Verdura + Aze + Lacteo o Fruta

**17** Jureles al Horno Encbollados Jurel Frito,  
Cebolla Dado Eco, Aceite Olive Virgen Extra Eco, Vino  
Blanco

Pan Blanco Pan

Yogur Natural Azucarado Yogurt Natural C/az

**Cena:** Verdura + Aze + Lacteo o Fruta



### Lunes

**23** Ensalada de lechuga, Maiz y Queso Fresco Lechuga, lechuga, Maiz Dulce, Queso Fresco, Aceite Oliva Virgen Extra Eco  
**Cazuela de Fideos con Choco Sin guisantes** Patata Dado Eco, Fideos Gruesos, Pechu, Zanahoria Dado Eco

Pan Blanco Pan

Yogur Natural Azucarado Yogurt Natural C/az

**Cena:** Arroz + Aves + Fruta

**30** Ensalada de lechuga, Col, Zanahoria, Maiz y Huevo cocido 4 especias (lechuga, lombarda, zanahoria, Huevo Duro, Maiz Dulce, Aceite Oliva Virgen Extra Eco  
**Leñejas Guisadas con Pollo** Patata Dado Eco, Leñejas, Zanahoria Dado Eco, Pollo Contramuro

Pan Blanco Pan

Yogur Natural Azucarado Yogurt Natural C/az

**Cena:** Pasta + Pescado + Fruta

**6** Crema de Calabaza Calabaza Dado Eco, Patata Dado Eco, Aceite Oliva Virgen Extra Eco, Cebolla Dado Eco  
**Hamburguesa de Ternera a la Plancha con Cebolla Pochada** Hamburguesa, Ternera, Cebolla Dado Eco, Aceite Oliva Virgen Extra Eco, Ajo  
**Arroz Pilaf Salteado** Arroz Vaporizado, Aceite Oliva Virgen Extra Eco, Sal Fina Yodada, Puerillo

Pan Blanco Pan

Fruta de Temporada

**Cena:** Ensalada + Huevo + Lácteo + Fruta

**13** **Arroz Caldo de Verduras Sin Guisantes** Arroz Vaporizado, Jugo Verde Pasaña Eco, Pimiento Rizo Dado Eco, Cebolla Dado Eco

Tortilla de Patatas con Cebolla Tortilla Patata, Cebolla, Aceli.

Ensalada de Lechuga Lechuga, lechuga, Aceite Oliva Virgen Extra Eco, Vinagre, Sal Fina Yodada

Pan Blanco Pan

Fruta de Temporada

**Cena:** Verdura + Carne + Lácteo + Fruta

### Martes

**24** Crema de Calabacin Calabacin Dado Eco, Patata Dado Eco, Cebolla Dado Eco, Aceite Oliva Virgen Extra Eco  
**Espaguetis Boloñesa** Espagueti, Tomate Triturado, Pollo Picado, Tomate Frito Eco

Pan Blanco Pan

Fruta de Temporada

**Cena:** Ensalada + Huevo + Lácteo + Fruta

**31** Crema de Zanahoria Zanahoria Dado Eco, Patata Dado Eco, Aceite Oliva Virgen Extra Eco, Cebolla Dado Eco

**Albondigas de Cerdo al Horno a la Jardinera Sin Guisantes** Albondiga Cerdo, Tomate Frito Eco, Zanahoria Dado Eco, Aceite Oliva Virgen Extra Eco, Patatas Panaderas al Vapor, Patata Panadera Eco, Aceite Oliva Virgen Extra Eco, Puerillo, Sal Fina Yodada

Pan Blanco Pan

Fruta de Temporada

**Cena:** Ensalada + Huevo + Lácteo + Fruta

**7** **Paelia de Verduras Sin Guisantes** Arroz Vaporizado, Zanahoria Dado Eco, Alcachofa, Jugo Verde Recogado Eco  
**Tortilla Francesa** Tortilla Francesa  
**Tomate Natural** Tomate, Aceite Oliva Virgen Extra Eco, Vinagre, Sal Fina Yodada

Pan Blanco Pan

Fruta de Temporada

**Cena:** Arroz + Aves + Lácteo + Fruta

**14** Crema de Verduras Patata Dado Eco, Calabacin Dado Eco, Calabaza Dado Eco, Zanahoria Dado Eco

Tallarines Boloñesa Tallarines, Tomate Triturado, Tomate Frito Eco, Pollo Picado

Pan Blanco Pan

Fruta de Temporada

**Cena:** Ensalada + Pescado + Lácteo + Fruta

### Miércoles

**25** Sopa de Verduras con Garbanzos Zanahoria Dado Eco, Patata Dado Eco, Garbanzo Peditrellino, Cebolla Dado Eco  
**Muslito de Pollo al Horno al Ajillo** Pollo Eco, Cebolla Dado Eco  
**Patatas al Horno a la Provenzal** Patata Panadera Eco, Aceite Oliva Virgen Extra Eco, Ajo Limon, Tomillo

Pan Blanco Pan

Fruta de Temporada

**Cena:** Pasta + Pescado + Lácteo + Fruta

**1** **Cuiso de Patatas Verduras** Patata Dado Eco, Alcachofa, Aceite Oliva Virgen Extra Eco, Tomate Triturado  
**Tortilla de Patatas con Cebolla** Tortilla Patata, Cebolla, Aceli.

Ensalada de lechuga y Tomate Tomate, Lechuga, lechuga, Aceite Oliva Virgen Extra Eco, Vinagre

Pan Blanco Pan

Fruta de Temporada

**Cena:** Arroz + Aves + Lácteo + Fruta

**8** **Macarrones con Tomate y Albahaca** Macarones, Tomate Triturado, Tomate Frito Eco, Aceite Oliva Virgen Extra Eco  
**Marmitako de Atun Guisado** Patata Dado Eco, Atun Tercero, Cebolla Dado Eco, Puerro Rodaja

Pan Blanco Pan

Fruta de Temporada

**Cena:** Verdura + Carne + Lácteo + Fruta

**15** Ensalada de lechuga, Col, Zanahoria, Maiz y Huevo cocido 4 especias (lechuga, lombarda, zanahoria), Huevo Duro, Maiz Dulce, Aceite Oliva Virgen Extra Eco  
**Leñejas guisadas con Arroz** Leñeja Parafina, Patata Dado Eco, Zanahoria Dado Eco, Aceite Oliva Virgen Extra Eco

Pan Blanco Pan

Yogur Natural Azucarado Yogurt Natural C/az

**Cena:** Pasta + Pescado + Fruta

### Jueves

**26** Arroz al Vapor con Salsa de Tomate Arroz Vaporizado, Tomate Frito Eco, Tomate Triturado, Aceite Oliva Virgen Extra Eco  
**Tortilla Francesa** Tortilla Francesa  
**Ensalada de Lechuga** Lechuga, lechuga, Aceite Oliva Virgen Extra Eco, Vinagre, Sal Fina Yodada

Pan Blanco Pan

Fruta de Temporada

**Cena:** Verdura + Carne + Lácteo + Fruta

**2** Crema Horrelana Patata Dado Eco, Calabaza Dado Eco, Zanahoria Dado Eco, Especias

Arroz al Horno con Pavo y Zanahoria Arroz Vaporizado, Pavo Dado Eco, Zanahoria Dado Eco, Aceite Oliva Virgen Extra Eco

Pan Blanco Pan

Fruta de Temporada

**Cena:** Ensalada + Huevo + Lácteo + Fruta

**9** Ensalada de Lechuga, Maiz y Queso Fresco Lechuga, lechuga, Maiz Dulce, Queso Fresco, Aceite Oliva Virgen Extra Eco  
**Puchero** Patata Dado Eco, Garbanzo Peditrellino, Pollo Contramuro, Arroz Vaporizado

Pan Blanco Pan

Yogur Natural Azucarado Yogurt Natural C/az

**Cena:** Pasta + Pescado + Fruta

**16** Crema de Calabacin Calabacin Dado Eco, Patata Dado Eco, Cebolla Dado Eco, Aceite Oliva Virgen Extra Eco  
**Jamoncillo de Pollo al Horno** Pollo, Jamoncillo, Aceite Oliva Virgen Extra Eco, Vino Blanco, Ajo

Pan Blanco Pan

Fruta de Temporada

**Cena:** Ensalada + Huevo + Lácteo + Fruta

### Viernes

**27** **Leñejas con Verduras Cocidas** Patata Dado Eco, Leñeja, Zanahoria Dado Eco, Cebolla Dado Eco  
**Bacalao al Horno a la Riojana** Bacalao Med Porden 80/90, Tomate Triturado, Tomate Frito Eco, Pimiento Rojo Dado Eco  
**Ensalada Rústica** Lech, Bernaza, Esc, Randa, Achiote, Aceite Rojo, Aceite Oliva Virgen Extra Eco, Vinagre, Sal Fina Yodada  
**Pan integral** (harina integral 50%) Pan Integral

Pan Blanco Pan

Fruta de Temporada

**Cena:** Pasta + Huevo + Lácteo + Fruta

**3** **Jaridos con Salsa de Tomate y Orégano** Jarillo, Tomate Triturado, Tomate Frito Eco, Aceite Oliva Virgen Extra Eco

Jureles al Horno en Salsa de Adobo Jurel Frito Eco, Aceite Oliva Virgen Extra Eco, Cebolla Dado Eco, Patata Dado Eco

Pan Integral (harina integral 50%) Pan Integral

Fruta de Temporada

**Cena:** Verdura + Carne + Lácteo + Fruta

**10** Arroz al Vapor con Salsa de Tomate Arroz Vaporizado, Tomate Frito Eco, Tomate Triturado, Aceite Oliva Virgen Extra Eco  
**Merluza al Horno en Salsa de Cebolla y Eneldo** Merluza Parden, Cebolla Dado Eco, Vino Blanco, Aceite Oliva Virgen Extra Eco  
**Ensalada Mezclum** Escarola, Lechuga, Terci, Rucula, Espinaca, Aceli, Aceite Oliva Virgen Extra Eco, Vinagre, Sal Fina Yodada  
**Pan integral** (harina integral 50%) Pan Integral

Pan Blanco Pan

Fruta de Temporada

**Cena:** Verdura + Carne + Lácteo + Fruta

**17** **Espirales con Salsa de Tomate y Queso Rallado** Espiral, Tomate Triturado, Tomate Frito Eco, Queso Rallado  
**Jureles al Horno** Encebollados, Jurel Frito, Cebolla Dado Eco, Aceite Oliva Virgen Extra Eco, Vino Blanco

Pan Blanco Pan

Fruta de Temporada

**Cena:** Verdura + Aves + Lácteo + Fruta

**Ensalada Rústica** Lech, Bernaza, Esc, Randa, Achiote, Aceite Rojo, Aceite Oliva Virgen Extra Eco, Vinagre, Sal Fina Yodada  
**Pan integral** (harina integral 50%) Pan Integral

# \*Menú IS Andalucía. Ene - Feb 2023

Sin Leche y Derivados - - Colegios IN SITU Andalucía (Alimentart)

## Lunes

**23** **Ensalada de Lechuga y Maíz**, Lechuga (leiberg, Maiz Dado Eco, Vinagre, Aceite Oliva Virgen Extra Eco  
Cazuela de Fideos con Choco, Zanahoria Dado Eco, Fideos Guisados, Patata Dado Eco, Paoon

Pan Blanco Pan

**Yogur de Soja** Yogurt Soja Natural

**Cena:** Arroz + Avena + Fruta

**30** Ensalada de Lechuga, Col, Zanahoria, Maiz y Huevo Cocido 4 estaciones (leiberg, lombarda, zanahoria, Huevo Duro, Maiz Dado Eco, Aceite Oliva Virgen Extra Eco  
Lentijas Guisadas con Pollo, Patata Dado Eco, Laminas, Zanahoria Dado Eco, Pollo Contramuslo

Pan Blanco Pan

**Yogur de Soja** Yogurt Soja Natural

**Cena:** Pasta + Pescado + Fruta

**6** Crema de Calabaza, Calabaza Dado Eco, Patata Dado Eco, Aceite Oliva Virgen Extra Eco, Cebolla Dado Eco  
Hamburguesa de Ternera a la Plancha con Cebolla Pochada, Hamburguesa Ternera, Cebolla Dado Eco, Aceite Oliva Virgen Extra Eco, Ajo  
Arroz Pilaf Salteado, Arroz Vaporizado, Aceite Oliva Virgen Extra Eco, Sal Fina Yodada, Pirelli

Pan Blanco Pan

Fruta de Temporada

**Cena:** Ensalada + Huevo + Fruta

**13** Arroz Caldoso de Verduras, Arroz Vaporizado, Alcaporro, Guisante Eco, Jugo Verde, Helado Eco  
Tortilla de Patatas con Cebolla, Tortilla Patata, Cebolla, Ajo  
Ensalada de Lechuga, Lechuga (leiberg, Aceite Oliva Virgen Extra Eco, Vinagre, Sal Fina Yodada

Pan Blanco Pan

Fruta de Temporada

**Cena:** Verdura + Carne + Fruta

## Martes

**24** Crema de Calabacin, Calabacin Dado Eco, Patata Dado Eco, Cebolla Dado Eco, Aceite Oliva Virgen Extra Eco  
Espaguetis Boloñesa Espagueti, Tomate Triturado, Pollo Picado, Tomate Frito Eco

Pan Blanco Pan

Fruta de Temporada

**Cena:** Ensalada + Huevo + Fruta

**31** Crema de Zanahoria, Zanahoria Dado Eco, Patata Dado Eco, Aceite Oliva Virgen Extra Eco, Cebolla Dado Eco  
Albondigas de Cerdo al Horno a la Jardinera, Albondiga Cerdo, Tomate Frito Eco, Zanahoria Dado Eco, Patatas Eco  
Patatas Panaderas al Vapor, Patata Panadera Eco, Aceite Oliva Virgen Extra Eco, Pirelli, Sal Fina Yodada

Pan Blanco Pan

Fruta de Temporada

**Cena:** Ensalada + Huevo + Fruta

**7** Aubias Blancas Guisadas, Patata Dado Eco, Auba Blanca, Zanahoria Dado Eco, Pimiento Verde Dado Eco  
Tortilla Francesa, Tortilla Francesa  
Tomate Natural, Tomate, Aceite Oliva Virgen Extra Eco, Vinagre, Sal Fina Yodada

Pan Blanco Pan

Fruta de Temporada

**Cena:** Arroz + Avena + Fruta

**14** Crema de Verduras, Patata Dado Eco, Calabacin Dado Eco, Calabaza Dado Eco, Zanahoria Dado Eco

Tallarines Boloñesa Tallarines, Tomate Triturado, Tomate Frito Eco, Pollo Picado

Pan Blanco Pan

Fruta de Temporada

**Cena:** Ensalada + Pescado + Fruta

## Miércoles

**25** Sopa de Verduras con Garbanzos, Zanahoria Dado Eco, Patata Dado Eco, Garbanzo Pedrosillano, Cebolla Dado Eco  
Muslito de Pollo al Horno al Ajillo, Pollo Eco, Cebolla Dado Eco  
Patatas al Horno a la Provenzal, Patata Panadera Eco, Aceite Oliva Virgen Extra Eco, Agre Limon, Tomillo

Pan Blanco Pan

Fruta de Temporada

**Cena:** Pasta + Pescado + Fruta

**1** Polaje de Aubias Blancas con Calabacin, Auba Blanca, Patata Dado Eco, Calabacin Dado Eco, Zanahoria Dado Eco  
Tortilla de Patatas con Cebolla, Tortilla Patata, Cebolla, Ajo  
Ensalada de Lechuga y Tomate, Tomate, Lechuga (leiberg, Aceite Oliva Virgen Extra Eco, Vinagre

Pan Blanco Pan

Fruta de Temporada

**Cena:** Arroz + Avena + Fruta

**8** Macarrones con Tomate y Albahaca, Macarrones, Tomate Triturado, Tomate Frito Eco, Aceite Oliva Virgen Extra Eco  
Marmitako de Atun Guisado, Patata Dado Eco, Aun Tacos, Cebolla Dado Eco, Puerro Rodaja

Pan Blanco Pan

Fruta de Temporada

**Cena:** Verdura + Carne + Fruta

**15** Ensalada de Lechuga, Col, Zanahoria, Maiz y Huevo Cocido 4 estaciones (leiberg, lombarda, zanahoria, Huevo Duro, Maiz Dado Eco, Aceite Oliva Virgen Extra Eco  
Lentijas guisadas con Arroz, Lenteja Pardina, Patata Dado Eco, Zanahoria Dado Eco, Aceite Oliva Virgen Extra Eco

Pan Blanco Pan

**Yogur de Soja** Yogurt Soja Natural

**Cena:** Pasta + Pescado + Fruta

## Jueves

**26** Arroz al Vapor con Salsa de Tomate, Arroz Vaporizado, Tomate Frito Eco, Tomate Triturado, Aceite Oliva Virgen Extra Eco  
Tortilla Francesa, Tortilla Francesa  
Ensalada de Lechuga, Lechuga (leiberg, Aceite Oliva Virgen Extra Eco, Vinagre, Sal Fina Yodada

Pan Blanco Pan

Fruta de Temporada

**Cena:** Verdura + Carne + Fruta

**2** Crema Horrelana, Patata Dado Eco, Calabaza Dado Eco, Zanahoria Dado Eco, Espinacas  
Arroz al Horno con Pavo y Zanahoria, Arroz Vaporizado, Pavo Dado Eco, Zanahoria Dado Eco, Aceite Oliva Virgen Extra Eco

Pan Blanco Pan

Fruta de Temporada

**Cena:** Ensalada + Huevo + Fruta

**9** **Ensalada de Lechuga y Maiz**, Lechuga (leiberg, Maiz Dado Eco, Vinagre, Aceite Oliva Virgen Extra Eco  
Puchero, Patata Dado Eco, Garbanzo Pedrosillano, Pollo Contramuslo, Arroz Vaporizado

Pan Blanco Pan

**Yogur de Soja** Yogurt Soja Natural

**Cena:** Pasta + Pescado + Fruta

**16** Crema de Calabacin, Calabacin Dado Eco, Patata Dado Eco, Cebolla Dado Eco, Aceite Oliva Virgen Extra Eco  
Jamoncito de Pollo al Horno, Pollo Jamoncito, Aceite Oliva Virgen Extra Eco, Vino Blanco, Ajo  
Patatas Panaderas al Vapor, Patata Panadera Eco, Aceite Oliva Virgen Extra Eco, Pirelli, Sal Fina Yodada

Pan Blanco Pan

Fruta de Temporada

**Cena:** Ensalada + Huevo + Fruta

## Viernes

**27** Lentijas con Verduras Cocidas, Patata Dado Eco, Lenteja, Zanahoria Dado Eco, Cebolla Dado Eco  
Bacalao al Horno a la Riojana, Bacalao Med Porceo 80/90, Tomate Triturado, Tomate Frito Eco, Pimiento Bofo Dado Eco  
Ensalada Rustica, Lech, Remana, Eco, Rizada, Achiote, Ajo, Ajo, Aceite Oliva Virgen Extra Eco, Vinagre, Sal Fina Yodada  
Pan Integral (harina integral 50%) Pan Integral

Fruta de Temporada

**Cena:** Pasta + Huevo + Fruta

**3** Lacitos con Salsa de Tomate y Orégano, Fritula, Tomate Triturado, Tomate Frito Eco, Aceite Oliva Virgen Extra Eco  
Jureles al Horno en Salsa de Adobo, Jurel Frito, Aceite Oliva Virgen Extra Eco, Cebolla Dado Eco, Patata Dado Eco  
Ensalada Clásica, Esmeralda Lisa y Rizada, Achiote, Roga, Aceite Oliva Virgen Extra Eco, Vinagre, Sal Fina Yodada  
Pan Integral (harina integral 50%) Pan Integral

Fruta de Temporada

**Cena:** Verdura + Carne + Fruta

**10** Arroz al Vapor con Salsa de Tomate, Arroz Vaporizado, Tomate Frito Eco, Tomate Triturado, Aceite Oliva Virgen Extra Eco  
Merluza al Horno en Salsa de Cebolla y Eneldo, Merluza Parda, Cebolla Dado Eco, Vino Blanco, Aceite Oliva Virgen Extra Eco  
Ensalada Mezclum, Escarola, Lechuga, Tercioli, Rúcula, Espinaca, Achiote, Aceite Oliva Virgen Extra Eco, Vinagre, Sal Fina Yodada  
Pan Integral (harina integral 50%) Pan Integral

Fruta de Temporada

**Cena:** Verdura + Carne + Fruta

**17** **Esportales con Tomate**, Espinaca, Tomate Frito Eco, Aceite Oliva Virgen Extra Eco, Sal Fina Yodada

Fruta de Temporada

**Cena:** Verdura + Avena + Fruta

Jureles al Horno, Encbollados, Jurel Frito, Cebolla Dado Eco, Aceite Oliva Virgen Extra Eco, Vino Blanco  
Ensalada Rustica, Lech, Remana, Eco, Rizada, Achiote, Ajo, Ajo, Aceite Oliva Virgen Extra Eco, Vinagre, Sal Fina Yodada  
Pan Integral (harina integral 50%) Pan Integral



### Lunes

**23** **Ensalada de Lechuga y Maíz**, Lechuga iceberg, Maíz Duro, Vinagre, Aceite Oliva Virgen Extra Eco  
Gazpacho de Fideos con Choco Zanahoria Dado Eco, Fideos Griegos, Patata Dado Eco, Paoan

Pan Blanco Pan

**Yogur de Soja** Yogurt Soja Natural

**Cena:** Arroz + Avena + Fruta

**30** Ensalada de Lechuga, Col, Zanahoria, Maíz y Huevo cocido 4 esencias (lechuga, lombarda, zanahoria), Huevo Duro, Maíz Duro, Aceite Oliva Virgen Extra Eco  
Lentijas Guisadas con Pollo Patata Dado Eco, Lentejas, Zanahoria Dado Eco, Paoan Contramiso

Pan Blanco Pan

**Yogur de Soja** Yogurt Soja Natural

**Cena:** Pasta + Pescado + Fruta

**6** Crema de Calabaza Calabaza Dado Eco, Patata Dado Eco, Aceite Oliva Virgen Extra Eco, Cebolla Dado Eco  
**Bacalao al Horno con Cebolla**, Bacalao Med Porcion 80/90, Cebolla Dado Eco, Aceite Oliva Virgen Extra Eco, Ajo  
Arroz Pilaf Salteado Arroz Vaporizado, Aceite Oliva Virgen Extra Eco, Sal Fina Yodada, Pteridil

Pan Blanco Pan

**Yogur de Soja** Yogurt Soja Natural

**Cena:** Ensalada + Huevo + Fruta

**13** Arroz Caldoso de Verduras Arroz Vaporizado, Alcachofa, Guisante Eco, Jaula Verde Redonda Eco  
Tortilla de Patatas con Cebolla Tortilla Patata, Cebolla, Acelit.

Pan Blanco Pan

**Yogur de Soja** Yogurt Soja Natural

**Cena:** Verdura + Carne + Fruta

### Martes

**24** Crema de Calabacin Calabacin Dado Eco, Patata Dado Eco, Cebolla Dado Eco, Aceite Oliva Virgen Extra Eco  
**Espaguetis Bolonnesa Sin Ternera** Espagueti, Pollo Picado, Tomate Frito Eco, Tomate Triturado

Pan Blanco Pan

**Yogur de Soja** Yogurt Soja Natural

**Cena:** Ensalada + Huevo + Fruta

**31** Crema de Zanahoria Zanahoria Dado Eco, Patata Dado Eco, Aceite Oliva Virgen Extra Eco, Cebolla Dado Eco  
Albondigas de Cerdo al Horno a la Jardinera Adornadas con Cebolla, Tomate Frito Eco, Zanahoria Dado Eco, Guisante Eco  
Patatas Panaderas al Vapor Patata Panadera Eco, Aceite Oliva Virgen Extra Eco, Pteridil, Sal Fina Yodada

Pan Blanco Pan

**Yogur de Soja** Yogurt Soja Natural

**Cena:** Ensalada + Huevo + Fruta

**7** Alubias Blancas Guisadas Patata Dado Eco, Alubia Blanca, Zanahoria Dado Eco, Pimiento Verde Dado Eco  
Tortilla Francesa Tortilla Francesa  
Tomate Natural Tomate, Aceite Oliva Virgen Extra Eco, Vinagre, Sal Fina Yodada

Pan Blanco Pan

**Yogur de Soja** Yogurt Soja Natural

**Cena:** Arroz + Avena + Fruta

**14** Crema de Verduras Patata Dado Eco, Calabacin Dado Eco, Cebolla Dado Eco, Zanahoria Dado Eco  
**Tallarines Bolonnesa Sin Ternera** Tallarines, Pollo Picado, Tomate Frito Eco, Tomate Triturado

Pan Blanco Pan

**Yogur de Soja** Yogurt Soja Natural

**Cena:** Ensalada + Pescado + Fruta

### Miércoles

**25** Sopa de Verduras con Garbanzos Zanahoria Dado Eco, Patata Dado Eco, Garbanzo Pedernillano, Cebolla Dado Eco  
Muslito de Pollo al Horno al Ajillo Pollo Eco, Cebolla Dado Eco  
Patatas al Horno a la Provenzal Patata Panadera Eco, Aceite Oliva Virgen Extra Eco, Ajo, Limón, Tomillo

Pan Blanco Pan

**Yogur de Soja** Yogurt Soja Natural

**Cena:** Pasta + Pescado + Fruta

**1** Potaje de Alubias Blancas con Calabacin Alubia Blanca, Patata Dado Eco, Calabacin Dado Eco, Zanahoria Dado Eco  
Tortilla de Patatas con Cebolla Tortilla Patata, Cebolla, Acelit.

Pan Blanco Pan

**Yogur de Soja** Yogurt Soja Natural

**Cena:** Arroz + Avena + Fruta

**8** Macarrones con Tomate y Albahaca Macarrones, Tomate Triturado, Tomate Frito Eco, Aceite Oliva Virgen Extra Eco  
Marmitako de Atun Guisado Patata Dado Eco, Atun Tacos, Cebolla Dado Eco, Paoan Rodaja

Pan Blanco Pan

**Yogur de Soja** Yogurt Soja Natural

**Cena:** Verdura + Carne + Fruta

**15** Ensalada de Lechuga, Col, Zanahoria, Maíz y Huevo Cocido 4 esencias (lechuga, lombarda, zanahoria), Huevo Duro, Maíz Duro, Aceite Oliva Virgen Extra Eco  
Lentijas guisadas con Arroz Lenteja Panadera, Patata Dado Eco, Zanahoria Dado Eco, Aceite Oliva Virgen Extra Eco

Pan Blanco Pan

**Yogur de Soja** Yogurt Soja Natural

**Cena:** Pasta + Pescado + Fruta

### Jueves

**26** Arroz al Vapor con Salsa de Tomate Arroz Vaporizado, Tomate Frito Eco, Tomate Triturado, Aceite Oliva Virgen Extra Eco  
Tortilla Francesa Tortilla Francesa

Pan Blanco Pan

**Yogur de Soja** Yogurt Soja Natural

**Cena:** Verdura + Carne + Fruta

**2** Crema Horrelana Patata Dado Eco, Calabaza Dado Eco, Zanahoria Dado Eco, Espinacas  
Arroz al Horno con Pavo y Zanahoria Arroz Vaporizado, Pavo Dado, Zanahoria Dado Eco, Aceite Oliva Virgen Extra Eco

Pan Blanco Pan

**Yogur de Soja** Yogurt Soja Natural

**Cena:** Ensalada + Huevo + Fruta

**9** **Ensalada de Lechuga y Maíz** Lechuga iceberg, Maíz Duro, Vinagre, Aceite Oliva Virgen Extra Eco  
Puchero Patata Dado Eco, Garbanzo Pedernillano, Pollo Contramiso, Arroz Vaporizado

Pan Blanco Pan

**Yogur de Soja** Yogurt Soja Natural

**Cena:** Pasta + Pescado + Fruta

**16** Crema de Calabacin Calabacin Dado Eco, Patata Dado Eco, Cebolla Dado Eco, Aceite Oliva Virgen Extra Eco  
Jamoncito de Pollo al Horno Pollo Jamoncito, Aceite Oliva Virgen Extra Eco, Vino Blanco, Ajo

Pan Blanco Pan

**Yogur de Soja** Yogurt Soja Natural

**Cena:** Ensalada + Huevo + Fruta

### Viernes

**27** Lentejas con Verduras Cocidas Patata Dado Eco, Lentejas, Zanahoria Dado Eco, Cebolla Dado Eco  
Bacalao al Horno a la Riojana Bacalao Med Porcion 80/90, Tomate Triturado, Tomate Frito Eco, Pimiento Rojo Dado Eco  
Ensalada Rústica Lech. Romana, Eco, Rizada, Alcachofa, Acelit, Acelit, Aceite Oliva Virgen Extra Eco, Vinagre, Sal Fina Yodada  
Pan Integral (harina integral 50%) Pan Integral

Pan Blanco Pan

**Yogur de Soja** Yogurt Soja Natural

**Cena:** Pasta + Huevo + Fruta

**3** Lacitos con Salsa de Tomate y Orégano Salsita, Tomate Triturado, Tomate Frito Eco, Aceite Oliva Virgen Extra Eco  
Jureles al Horno en Salsa de Adobo Jurel Frito, Aceite Oliva Virgen Extra Eco, Cebolla Dado Eco, Patata Dado Eco  
Ensalada Clásica Escarola Lisa y Rizada, Acelit, Rizada, Aceite Oliva Virgen Extra Eco, Vinagre, Sal Fina Yodada  
Pan Integral (harina integral 50%) Pan Integral

Pan Blanco Pan

**Yogur de Soja** Yogurt Soja Natural

**Cena:** Verdura + Carne + Fruta

**10** Arroz al Vapor con Salsa de Tomate Arroz Vaporizado, Tomate Frito Eco, Tomate Triturado, Aceite Oliva Virgen Extra Eco  
Merluza al Horno en Salsa de Cebolla y Eneldo Merluza Perdón, Cebolla Dado Eco, Vino Blanco, Aceite Oliva Virgen Extra Eco  
Ensalada Mezclada Escarola, Lechuga, Taisol, Rúcula, Espinaca, Acelit, Aceite Oliva Virgen Extra Eco, Vinagre, Sal Fina Yodada  
Pan Integral (harina integral 50%) Pan Integral

Pan Blanco Pan

**Yogur de Soja** Yogurt Soja Natural

**Cena:** Verdura + Carne + Fruta

**17** **Espirales con Tomate** Espirales, Tomate Frito Eco, Aceite Oliva Virgen Extra Eco, Sal Fina Yodada  
Jureles al Horno Encebollados Jurel Frito, Cebolla Dado Eco, Aceite Oliva Virgen Extra Eco, Vino Blanco  
Ensalada Rústica Lech. Romana, Eco, Rizada, Alcachofa, Acelit, Rizada, Aceite Oliva Virgen Extra Eco, Vinagre, Sal Fina Yodada  
Pan Integral (harina integral 50%) Pan Integral

Pan Blanco Pan

**Yogur de Soja** Yogurt Soja Natural

**Cena:** Verdura + Avena + Fruta

# \*Menú IS Andalucía. Ene - Feb 2023

Sin Huevo - - - Colegios IN SITU Andalucía (Alimentart)

## Lunes

23 Ensalada de Lechuga, Maizy Queso Fresco Lechuga leberg, Maiz Dulce, Queso Fresco, Aceite Oliva Virgen Extra Eco  
**Cazuela de Fideos sin Gluten con Choco**  
 Patata Dado Eco, Fideos Sin Gluten, Zanahoria Dado Eco, Guisante Eco

Pan Blanco Pan

Yogur Natural Azucarado Yogurt Natural C/z

**Cena: Arroz + Aze + Fruta**

30 **Ensalada de Lechuga, Col, Zanahoria y Maiz** 4 estaciones (lechuga, lombarda, zanahoria, Maiz Dulce, Aceite Oliva Virgen Extra Eco, Vinagre Lechugas Guisadas con Pollo Patata Dado Eco, Lentijas, Zanahoria Dado Eco, Fula Contramurio

Pan Blanco Pan

Yogur Natural Azucarado Yogurt Natural C/z

**Cena: Pasta + Pescado + Fruta**

6 Crema de Calabaza Calabaza Dado Eco, Patata Dado Eco, Aceite Oliva Virgen Extra Eco, Cebolla Dado Eco

Hamburguesa de Ternera a la Plancha con Cebolla Pochada Hamburguesa Ternera, Cebolla Dado Eco, Aceite Oliva Virgen Extra Eco, Ajo  
**ARROZ PILAF Salteado** Arroz Vaporizado, Aceite Oliva Virgen Extra Eco, Sal Fina Yodada, Pimiento  
 Pan Blanco Pan

Fruta de Temporada

**Cena: Ensalada + Aze + Lácteo o Fruta**

13 Arroz Caldoso de Verduras Arroz Vaporizado, Alcachofa, Guisante Eco, Judia Verde Redonda Eco

**Aidin al horno** Avin Trasa, Cebolla Dado Eco, Aceite Oliva Virgen Extra Eco, Ajo

Ensalada de Lechuga Lechuga leberg, Aceite Oliva Virgen Extra Eco, Vinagre, Sal Fina Yodada

Pan Blanco Pan

Fruta de Temporada

**Cena: Verdura + Carne + Lácteo o Fruta**

## Martes

24 Crema de Calabacin Calabacin Dado Eco, Patata Dado Eco, Cebolla Dado Eco, Aceite Oliva Virgen Extra Eco  
**Espaguetis Sin Gluten Bolognesa** Espagueti S/guino, Tomate Frito Eco, Pollo Picada, Ternera Picada

Pan Blanco Pan

Fruta de Temporada

**Cena: Ensalada + Aze + Lácteo o Fruta**

31 Crema de Zanahoria Zanahoria Dado Eco, Patata Dado Eco, Aceite Oliva Virgen Extra Eco, Cebolla Dado Eco

Albondigas de Cerdo al Horno a la Jardinera Albondigas Cerdo, Tomate Frito Eco, Zanahoria Dado Eco, Guisante Eco  
**Patatas Panaderas al Vapor** Patata Panadera Eco, Aceite Oliva Virgen Extra Eco, Pimiento, Sal Fina Yodada

Pan Blanco Pan

Fruta de Temporada

**Cena: Ensalada + Aze + Lácteo o Fruta**

7 Alubias Blancas Guisadas Patata Dado Eco, Alubia Blanca, Zanahoria Dado Eco, Pimiento Verde Dado Eco

**Contramurio de Pollo al Horno** Pollo Contramurio, Aceite Oliva Virgen Extra Eco, Vino Blanco, Ajo

Tomate Natural Tomate, Aceite Oliva Virgen Extra Eco, Vinagre, Sal Fina Yodada

Pan Blanco Pan

Fruta de Temporada

**Cena: Arroz + Aze + Lácteo o Fruta**

14 Crema de Verduras Patata Dado Eco, Calabacin Dado Eco, Calabaza Dado Eco, Zanahoria Dado Eco

**Espaguetis Sin Gluten Bolognesa** Espagueti S/guino, Tomate Frito Eco, Pollo Picada, Ternera Picada

Pan Blanco Pan

Fruta de Temporada

**Cena: Ensalada + Pescado + Lácteo o Fruta**

## Miércoles

25 Sopa de Verduras con Garbanzos Zanahoria Dado Eco, Patata Dado Eco, Garbanzo Pedrosillano, Cebolla Dado Eco  
**Muslito de Pollo al Horno al Ajillo** Pollo Jamoncito, Aceite Oliva Virgen Extra Eco, Patata Dado Eco, Cebolla Dado Eco  
**Patatas al Horno a la Provenzal** Patata Panadera Eco, Aceite Oliva Virgen Extra Eco, Agro Limon, Tomillo

Pan Blanco Pan

Fruta de Temporada

**Cena: Pasta + Pescado + Lácteo o Fruta**

1 Polaje de Alubias Blancas con Calabacin Alubia Blanca, Patata Dado Eco, Calabacin Dado Eco, Zanahoria Dado Eco

**Hamburguesa de Ternera al Horno** Hamburgues Ternera, Aceite Oliva Virgen Extra Eco, Sal Fina Yodada  
**Ensalada de Lechuga y Tomate** Tomate, Lechuga leberg, Aceite Oliva Virgen Extra Eco, Vinagre

Pan Blanco Pan

Fruta de Temporada

**Cena: Arroz + Aze + Lácteo o Fruta**

8 **Mecarrones Sin Gluten con Tomate y Albahaca** Mecarrones Sin Gluten - Saco, Tomate Triturado, Tomate Frito Eco, Aceite Oliva Virgen Extra Eco

**Marrinatio de Aidin Guisado** Patata Dado Eco, Avin Trasa, Cebolla Dado Eco, Puerro Rodaja

Pan Blanco Pan

Fruta de Temporada

**Cena: Verdura + Carne + Lácteo o Fruta**

15 **Ensalada de Lechuga, Col, Zanahoria y Maiz** 4 estaciones (lechuga, lombarda, zanahoria, Maiz Dulce, Aceite Oliva Virgen Extra Eco, Vinagre Lechugas guisadas con Arroz Lenteja Panadera, Patata Dado Eco, Zanahoria Dado Eco, Aceite Oliva Virgen Extra Eco

Pan Blanco Pan

Yogur Natural Azucarado Yogurt Natural C/z

**Cena: Pasta + Pescado + Fruta**

## Jueves

26 Arroz al Vapor con Salsa de Tomate Arroz Vaporizado, Tomate Frito Eco, Tomate Triturado, Aceite Oliva Virgen Extra Eco  
**Pavo al Horno** Pavo Dado Eco, Aceite Oliva Virgen Extra Eco, Cebolla Dado Eco, Ajo  
**Ensalada de Lechuga** Lechuga leberg, Aceite Oliva Virgen Extra Eco, Vinagre, Sal Fina Yodada

Pan Blanco Pan

Fruta de Temporada

**Cena: Verdura + Carne + Lácteo o Fruta**

2 Crema Horrieta Patata Dado Eco, Calabaza Dado Eco, Zanahoria Dado Eco, Espartero

Arroz al Horno con Pavo y Zanahoria Arroz Vaporizado, Pavo Dado Eco, Zanahoria Dado Eco, Aceite Oliva Virgen Extra Eco

Pan Blanco Pan

Fruta de Temporada

**Cena: Ensalada + Aze + Lácteo o Fruta**

9 **Ensalada de Lechuga, Maizy Queso Fresco** Lechuga leberg, Maiz Dulce, Queso Fresco, Aceite Oliva Virgen Extra Eco

**Puchero** Patata Dado Eco, Garbanzo Pedrosillano, Pollo Contramurio, Arroz Vaporizado

Pan Blanco Pan

Yogur Natural Azucarado Yogurt Natural C/z

**Cena: Pasta + Pescado + Fruta**

16 Crema de Calabacin Calabacin Dado Eco, Patata Dado Eco, Cebolla Dado Eco, Aceite Oliva Virgen Extra Eco

**Jamoncico de Pollo al Horno** Pollo Jamoncito, Aceite Oliva Virgen Extra Eco, Vino Blanco, Ajo

Pan Blanco Pan

Fruta de Temporada

**Cena: Ensalada + Aze + Lácteo o Fruta**

## Viernes

27 Lentejas con Verduras Cocidas Patata Dado Eco, Lentejas, Zanahoria Dado Eco, Cebolla Dado Eco  
**Bacalao al Horno a la Riojana** Bacalao Med Picozo 80/90, Ternera Triturada, Tomate Frito Eco, Pimiento Eco Dado Eco  
**Ensalada Rustica** Lech, Romana, Esc, Rizada, Achiote, Aceite roja, Aceite Oliva Virgen Extra Eco, Vinagre, Sal Fina Yodada

Pan Integral (harina integral 50%) Pan Integral

Fruta de Temporada

**Cena: Pasta + Pescado + Lácteo o Fruta**

3 **Espaguetis Sin Gluten con Tomate y Oregano** Espagueti S/guino, Tomate Triturado, Tomate Frito Eco, Aceite Oliva Virgen Extra Eco  
**Jureles al Horno en Salsa de Adobo** Jurel Filete, Aceite Oliva Virgen Extra Eco, Cebolla Dado Eco, Patata Dado Eco

**Ensalada Clásica** Esmeralda Lisa y Zenda, Achiote Roja, Aceite Oliva Virgen Extra Eco, Vinagre, Sal Fina Yodada  
**Pan Integral** (harina integral 50%) Pan Integral

Fruta de Temporada

**Cena: Verdura + Carne + Lácteo o Fruta**

10 Arroz al Vapor con Salsa de Tomate Arroz Vaporizado, Tomate Frito Eco, Tomate Triturado, Aceite Oliva Virgen Extra Eco

**Merluza al Horno en Salsa de Cebolla y Eneldo** Merluza Parda, Cebolla Dado Eco, Vino Blanco, Aceite Oliva Virgen Extra Eco

**Ensalada Mezclum** Escarola, Lechuga, Tiramis, Rucula, Espinaca, Achiote, Aceite Oliva Virgen Extra Eco, Vinagre, Sal Fina Yodada  
**Pan Integral** (harina integral 50%) Pan Integral

Fruta de Temporada

**Cena: Verdura + Carne + Lácteo o Fruta**

17 **Espaguetis Sin Gluten con Tomate** Espagueti S/guino, Tomate Frito Eco, Aceite Oliva Virgen Extra Eco, Sal Fina Yodada

**Jureles al Horno Encobollados** Jurel Filete, Cebolla Dado Eco, Aceite Oliva Virgen Extra Eco, Vino Blanco

**Ensalada Rustica** Lech, Romana, Esc, Rizada, Achiote, Aceite roja, Aceite Oliva Virgen Extra Eco, Vinagre, Sal Fina Yodada  
**Pan Integral** (harina integral 50%) Pan Integral

Fruta de Temporada

**Cena: Verdura + Aze + Lácteo o Fruta**

### Lunes

**23** Ensalada de lechuga, Maiz, Queso Fresco Lechuga, Maiz Duro, Queso Fresco, Aceite Oliva Virgen Extra Eco  
**Cazuela de Fideos con Pollo** Zanahoria Dado Eco, Pollo Contramundo, Fideos Gruesos, Patata Dado Eco

Pan Blanco Pan

Yogur Natural Azucarado Yogurt Natural C/az

**Cena:** Arroz + Aves + Fruta

**30** Ensalada de Lechuga, Col, Zanahoria, Maiz y Huevo cocido 4 estaciones (lechuga, lombarda, zanahoria, Huevo Duro, Maiz Duro, Aceite Oliva Virgen Extra Eco)  
Lentijas Guisadas con Pollo Patata Dado Eco, Lechuga, Zanahoria Dado Eco, Pollo Contramundo

Pan Blanco Pan

Yogur Natural Azucarado Yogurt Natural C/az

**Cena:** Pasta + Aves + Fruta

**6** Crema de Calabaza Calabaza Dado Eco, Patata Dado Eco, Aceite Oliva Virgen Extra Eco, Cebolla Dado Eco  
Hamburguesa de Ternera a la Plancha con Cebolla Pochada Hamburguesa Ternera, Cebolla Dado Eco, Aceite Oliva Virgen Extra Eco, Ajo  
Arroz Pilaf Salteado Arroz Vaporizado, Aceite Oliva Virgen Extra Eco, Sal Fina Yodada, Puerillo

Pan Blanco Pan

Fruta de Temporada

**Cena:** Ensalada + Huevo + Lácteo o Fruta

**13** Arroz Caldoso de Verduras Arroz Vaporizado, Ajo, Guisante Eco, Jada Verde, Redonda Eco

Tortilla de Patatas con Cebolla Tortilla Patata, Queso Acetil.

Ensalada de Lechuga Lechuga iceberg, Aceite Oliva Virgen Extra Eco, Vinagre, Sal Fina Yodada

Pan Blanco Pan

Fruta de Temporada

**Cena:** Verdura + Carne + Lácteo o Fruta

### Martes

**24** Crema de Calabacin Calabacin Dado Eco, Patata Dado Eco, Cebolla Dado Eco, Aceite Oliva Virgen Extra Eco  
Espaguetis Boloñesa Espagueti, Tomate Triunfo, Pollo Picado, Tomate Frito Eco

Pan Blanco Pan

Fruta de Temporada

**Cena:** Ensalada + Huevo + Lácteo o Fruta

**31** Crema de Zanahoria Zanahoria Dado Eco, Patata Dado Eco, Aceite Oliva Virgen Extra Eco, Cebolla Dado Eco

Albondigas de Cerdo al Horno a la Jardinera Albondiga, Cerdo, Tomate Frito Eco, Zanahoria Dado Eco, Patata Dado Eco

Patatas Panaderas al Vapor Patata Panadera Eco, Aceite Oliva Virgen Extra Eco, Puerillo, Sal Fina Yodada

Pan Blanco Pan

Fruta de Temporada

**Cena:** Ensalada + Huevo + Lácteo o Fruta

**7** Alubias Blancas Guisadas Patata Dado Eco, Alubia Blanca, Zanahoria Dado Eco, Pimiento Verde Dado Eco  
Tortilla Francesa Tortilla Francesa

Pan Blanco Pan

Fruta de Temporada

**Cena:** Arroz + Aves + Lácteo o Fruta

**14** Crema de Verduras Patata Dado Eco, Calabacin Dado Eco, Cebolla Dado Eco, Zanahoria Dado Eco

Tallarines Boloñesa Tallarines, Tomate Triunfo, Tomate Frito Eco, Pollo Picado

Pan Blanco Pan

Fruta de Temporada

**Cena:** Ensalada + Aves + Lácteo o Fruta

### Miércoles

**25** Sopa de Verduras con Garbanzos Zanahoria Dado Eco, Patata Dado Eco, Garbanzo Pedrexillano, Cebolla Dado Eco  
Muslito de Pollo al Horno al Ajillo Pollo Jumbo Eco, Aceite Oliva Virgen Extra Eco, Patata Dado Eco, Cebolla Dado Eco  
Patatas al Horno a la Provenzal Patata Panadera Eco, Aceite Oliva Virgen Extra Eco, Ajo, Limón, Tomillo

Pan Blanco Pan

Fruta de Temporada

**Cena:** Pasta + Carne + Lácteo o Fruta

**1** Potaje de Alubias Blancas con Calabacin Alubia Blanca, Patata Dado Eco, Calabacin Dado Eco, Zanahoria Dado Eco

Tortilla de Patatas con Cebolla Tortilla Patata, Queso Acetil.

Ensalada de Lechuga y Tomate Tomate, Lechuga iceberg, Aceite Oliva Virgen Extra Eco, Vinagre

Pan Blanco Pan

Fruta de Temporada

**Cena:** Arroz + Aves + Lácteo o Fruta

**8** Macarrones con Tomate y Albahaca Macarrones, Tomate Triunfo, Tomate Frito Eco, Aceite Oliva Virgen Extra Eco  
Marmitako de Atun Guisado Patata Dado Eco, Atun, Tomate, Cebolla Dado Eco, Puerro Rodaja

Pan Blanco Pan

Fruta de Temporada

**Cena:** Verdura + Carne + Lácteo o Fruta

**15** Ensalada de lechuga, Col, Zanahoria, Maiz y Huevo Cocido 4 estaciones (lechuga, lombarda, zanahoria, Huevo Duro, Maiz Duro, Aceite Oliva Virgen Extra Eco)  
Lentijas guisadas con Arroz Lenteja Panadera, Patata Dado Eco, Zanahoria Dado Eco, Aceite Oliva Virgen Extra Eco

Pan Blanco Pan

Yogur Natural Azucarado Yogurt Natural C/az

**Cena:** Pasta + Aves + Fruta

### Jueves

**26** Arroz al Vapor con Salsa de Tomate Arroz Vaporizado, Tomate Frito Eco, Tomate Triunfo, Aceite Oliva Virgen Extra Eco  
Tortilla Francesa Tortilla Francesa

Pan Blanco Pan

Fruta de Temporada

**Cena:** Verdura + Carne + Lácteo o Fruta

**2** Crema Horriolana Patata Dado Eco, Calabaza Dado Eco, Zanahoria Dado Eco, Espinaca

Arroz al Horno con Pavo y Zanahoria Arroz Vaporizado, Pavo Dado, Zanahoria Dado Eco, Aceite Oliva Virgen Extra Eco

Pan Blanco Pan

Fruta de Temporada

**Cena:** Ensalada + Huevo + Lácteo o Fruta

**9** Ensalada de lechuga, Maiz y Queso Fresco Lechuga iceberg, Maiz Duro, Queso Fresco, Aceite Oliva Virgen Extra Eco  
Puchero Patata Dado Eco, Garbanzo Pedrexillano, Pollo Contramundo, Arroz Vaporizado

Pan Blanco Pan

Yogur Natural Azucarado Yogurt Natural C/az

**Cena:** Pasta + Aves + Fruta

**16** Crema de Calabacin calabacin Dado Eco, Patata Dado Eco, Cebolla Dado Eco, Aceite Oliva Virgen Extra Eco

Jamoncillo de Pollo al Horno Pollo Jamoncillo, Aceite Oliva Virgen Extra Eco, Vin Blanco, Ajo

Patatas Panaderas al Vapor Patata Panadera Eco, Aceite Oliva Virgen Extra Eco, Puerillo, Sal Fina Yodada

Pan Blanco Pan

Fruta de Temporada

**Cena:** Ensalada + Huevo + Lácteo o Fruta

### Viernes

**27** Lentijas con Verduras Cocidas Patata Dado Eco, Lentijas, Zanahoria Dado Eco, Cebolla Dado Eco  
**Dados de Pavo al Horno** Pavo Dado, Patata Dado Eco, Aceite Oliva Virgen Extra Eco, Cebolla Dado Eco

Ensalada Rústica Lech, Romana, Esc, Redada, Achiote, Ajo, Pavo, Aceite Oliva Virgen Extra Eco, Vinagre, Sal Fina Yodada

Pan Integral (harina integral 50%) Pan Integral

Fruta de Temporada

**Cena:** Verdura + Huevo + Lácteo o Fruta

**3** Lacitos con Salsa de Tomate y Orégano Fritada, Tomate Triunfo, Tomate Frito Eco, Aceite Oliva Virgen Extra Eco

Jureles al Horno en Salsa de Adobo Jurel Frito, Aceite Oliva Virgen Extra Eco, Cebolla Dado Eco, Patata Dado Eco

Ensalada Clásica Esmeralda Lisa y Rizada, Achiote, Rola, Aceite Oliva Virgen Extra Eco, Vinagre, Sal Fina Yodada

Pan Integral (harina integral 50%) Pan Integral

Fruta de Temporada

**Cena:** Verdura + Carne + Lácteo o Fruta

**10** Arroz al Vapor con Salsa de Tomate Arroz Vaporizado, Tomate Frito Eco, Tomate Triunfo, Aceite Oliva Virgen Extra Eco  
**Tortilla de Patatas con Cebolla** Tortilla Patata, Queso Acetil.

Ensalada Mezclum Escarola, Lechuga, Tazo, Rúcula, Espinaca, Achi, Aceite Oliva Virgen Extra Eco, Vinagre, Sal Fina Yodada

Pan Integral (harina integral 50%) Pan Integral

Fruta de Temporada

**Cena:** Verdura + Carne + Lácteo o Fruta

**17** Espirales con Salsa de Tomate y Queso Rallado Espiral, Tomate Triunfo, Tomate Frito Eco, Queso Rallado

Jureles al Horno Encebollados Jurel Frito, Cebolla Dado Eco, Aceite Oliva Virgen Extra Eco, Vin Blanco

Ensalada Rústica Lech, Romana, Esc, Redada, Achiote, Ajo, Pavo, Aceite Oliva Virgen Extra Eco, Vinagre, Sal Fina Yodada

Pan Integral (harina integral 50%) Pan Integral

Fruta de Temporada

**Cena:** Verdura + Huevo + Lácteo o Fruta



# \*Menú IS Andalucía. Ene - Feb 2023

Sin Pescado y Sin Marisco - - Colegios IN SITU Andalucía (Alimentar)

## Lunes

- 23 Ensalada de Lechuga, Maiz y Queso Fresco  
Lechuga, Leberg, Maiz Duro, Queso Fresco, Aceite  
Olive Virgen Extra Eco  
**Cazuela de Fideos con Pollo**, Zanahoria Dado  
Eco, Pollo Contramulo, Fideos Frescos, Patata Dado  
Eco

Pan Blanco Pan

Yogur Natural Azucarado, Yogur Natural C/az

**Cena:** Arroz + Aves + Fruta

- 30 Ensalada de Lechuga, Col, Zanahoria, Maiz  
y Huevo cocido 4 estaciones (lechuga, lombarda,  
zanahoria, Huevo Duro, Maiz Duro, Aceite Olive  
Virgen Extra Eco)  
Lentijas Guisadas con Pollo, Patata Dado Eco,  
Lentajas, Zanahoria Dado Eco, Pollo Contramulo

Pan Blanco Pan

Yogur Natural Azucarado, Yogur Natural C/az

**Cena:** Pasta + Aves + Fruta

- 6 Crema de Calabaza, Calabaza Dado Eco, Patata  
Dado Eco, Aceite Olive Virgen Extra Eco, Cebolla Dado  
Eco  
Hamburquesa de Ternera a la Plancha con  
Cebolla Pochada, Hamburguesas, Ternera, Cebolla  
Dado Eco, Aceite Olive Virgen Extra Eco, Ajo  
Arroz Pilaf Salteado, Arroz Vaporizado, Aceite  
Olive Virgen Extra Eco, Sal Fina Yodada, Pirelli

Pan Blanco Pan

Fruta de Temporada

**Cena:** Ensalada + Huevo + Lácteo o Fruta

- 13 Arroz Caldo de Verduras, Arroz Vaporizado,  
Azafrán, Guisante Eco, Jugo Verde, Batidida Eco

Tortilla de Patatas con Cebolla, Tortilla  
Patatas, Cebolla, Aceit.

Ensalada de Lechuga, Lechuga, Leberg, Aceite  
Olive Virgen Extra Eco, Vinagre, Sal Fina Yodada

Pan Blanco Pan

Fruta de Temporada

**Cena:** Verdura + Carne + Lácteo o Fruta

## Martes

- 24 Crema de Calabacin, Calabacin Dado Eco, Patata  
Dado Eco, Cebolla Dado Eco, Aceite Olive Virgen Extra  
Eco  
Espaguetis Boloñesa, Espaguetis, Tomate  
Triturado, Pollo Picado, Tomate Frito Eco

Pan Blanco Pan

Fruta de Temporada

**Cena:** Ensalada + Huevo + Lácteo o Fruta

- 31 Crema de Zanahoria, Zanahoria Dado Eco, Patata  
Dado Eco, Aceite Olive Virgen Extra Eco, Cebolla Dado  
Eco

Pan Blanco Pan

Fruta de Temporada

**Cena:** Ensalada + Huevo + Lácteo o Fruta

- 7 Alubias Blancas Guisadas, Patata Dado Eco,  
Alubia Blanca, Zanahoria Dado Eco, Pimiento Verde Dado  
Eco  
Tortilla Francesa, Tortilla Francesa

Pan Blanco Pan

Fruta de Temporada

**Cena:** Arroz + Aves + Lácteo o Fruta

- 14 Crema de Verduras, Patata Dado Eco, Calabacin  
Dado Eco, Calabaza Dado Eco, Zanahoria Dado Eco

Tallarines Boloñesa, Tallarines, Tomate Triturado,  
Tomate Frito Eco, Pollo Picado

Pan Blanco Pan

Fruta de Temporada

**Cena:** Ensalada + Aves + Lácteo o Fruta

## Miércoles

- 25 Sopa de Verduras con Garbanzos, Zanahoria  
Dado Eco, Patata Dado Eco, Garbanzo Pedernillano,  
Cebolla Dado Eco  
Muslito de Pollo al Horno al Ajillo, Pollo  
Jamoncito, Aceite Olive Virgen Extra Eco, Patata Dado  
Eco, Cebolla Dado Eco

Pan Blanco Pan

Fruta de Temporada

**Cena:** Pasta + Carne + Lácteo o Fruta

- 1 Pajote de Alubias Blancas con Calabacin  
Alubia Blanca, Patata Dado Eco, Calabacin Dado Eco,  
Zanahoria Dado Eco

Pan Blanco Pan

Fruta de Temporada

**Cena:** Arroz + Aves + Lácteo o Fruta

- 8 Macarrones con Tomate y Albahaca  
Macarrones, Tomate Triturado, Tomate Frito Eco,  
Aceite Olive Virgen Extra Eco  
**Cazuela de Patatas con Carne**, Patata Dado  
Eco, Ternera Dado, Zanahoria Dado Eco, Aceite Olive  
Virgen Extra Eco

Pan Blanco Pan

Fruta de Temporada

**Cena:** Verdura + Carne + Lácteo o Fruta

- 15 Ensalada de Lechuga, Col, Zanahoria, Maiz  
y Huevo Cocido 4 estaciones (lechuga, lombarda,  
zanahoria, Huevo Duro, Maiz Duro, Aceite Olive  
Virgen Extra Eco)  
Lentijas guisadas con Arroz, Lentejas Pardinas,  
Patata Dado Eco, Zanahoria Dado Eco, Aceite Olive  
Virgen Extra Eco

Pan Blanco Pan

Yogur Natural Azucarado, Yogur Natural C/az

**Cena:** Pasta + Aves + Fruta

## Jueves

- 26 Arroz al Vapor con Salsa de Tomate, Arroz  
Vaporizado, Tomate Frito Eco, Tomate Triturado, Aceite  
Olive Virgen Extra Eco  
Tortilla Francesa, Tortilla Francesa

Pan Blanco Pan

Fruta de Temporada

**Cena:** Verdura + Carne + Lácteo o Fruta

- 2 Crema Horchelana, Patata Dado Eco, Calabaza Dado  
Eco, Zanahoria Dado Eco, Espinacas

Pan Blanco Pan

Fruta de Temporada

**Cena:** Ensalada + Huevo + Lácteo o Fruta

- 9 Ensalada de Lechuga, Maiz y Queso Fresco  
Lechuga, Leberg, Maiz Duro, Queso Fresco, Aceite Olive  
Virgen Extra Eco  
Puchero, Patata Dado Eco, Garbanzo Pedernillano,  
Pollo Contramulo, Arroz Vaporizado

Pan Blanco Pan

Yogur Natural Azucarado, Yogur Natural C/az

**Cena:** Pasta + Aves + Fruta

- 16 Crema de Calabacin, Calabacin Dado Eco, Patata  
Dado Eco, Cebolla Dado Eco, Aceite Olive Virgen Extra  
Eco

Jamoncito de Pollo al Horno, Pollo Jamoncito,  
Aceite Olive Virgen Extra Eco, Vino Blanco, Ajo

Pan Blanco Pan

Fruta de Temporada

**Cena:** Ensalada + Huevo + Lácteo o Fruta

## Viernes

- 27 Lentijas con Verduras Cocidas, Patata Dado  
Eco, Lentejas, Zanahoria Dado Eco, Cebolla Dado Eco  
**Dados de Pavo al Horno**, Pavo Dado, Patata Dado  
Eco, Aceite Olive Virgen Extra Eco, Cebolla Dado Eco

Pan Blanco Pan

Fruta de Temporada

**Cena:** Pasta + Huevo + Lácteo o Fruta

- 3 Lacteos con Salsa de Tomate y Orégano  
Leite, Tomate Triturado, Tomate Frito Eco, Aceite  
Olive Virgen Extra Eco

Pan Blanco Pan

Fruta de Temporada

**Cena:** Verdura + Carne + Lácteo o Fruta

- 10 Arroz al Vapor con Salsa de Tomate, Arroz  
Vaporizado, Tomate Frito Eco, Tomate Triturado, Aceite  
Olive Virgen Extra Eco  
**Tortilla de Patatas con Cebolla**, Tortilla  
Patatas, Cebolla, Aceit.

Pan Blanco Pan

Fruta de Temporada

**Cena:** Verdura + Carne + Lácteo o Fruta

- 17 Espirales con Salsa de Tomate y Queso  
Rallado, Espiral, Tomate Triturado, Tomate Frito Eco,  
Queso Rallado

**Pavo al Horno Encorbado**, Pavo Dado, Cebolla  
Dado Eco, Aceite Olive Virgen Extra Eco, Vino Blanco

Pan Blanco Pan

Fruta de Temporada

**Cena:** Verdura + Huevo + Lácteo o Fruta



# \*Menú IS Andalucía. Ene - Feb 2023

Sin Cerdo - - Colegios IN SITU Andalucía (Alimentar)

## Lunes

- 23 Ensalada de Lechuga, Maiz y Queso Fresco  
Lechuga, Lechuga, Maiz Dulce, Queso Fresco, Aceite  
Oliva Virgen Extra ESO  
Cazuela de Fidecos con Choco Zañahoria Dado  
Eso, Pimiento Guisantes, Patata Dado Eso, Patón

Pan Blanco Pan

Yogur Natural Azucarado Yogurt Natural C/az

- 30 Ensalada de Lechuga, Col, Zañahoria, Maiz  
y Huevo cocido 4 estaciones (lechuga, lombarda,  
zanahoria, Huevo Duro, Maiz Dulce, Aceite Oliva  
Virgen Extra Eso

Lechugas Guisadas con Pollo Patata Dado Eso,  
Lentijas Zañahoria Dado Eso, Pollo Contramundo

Pan Blanco Pan

Yogur Natural Azucarado Yogurt Natural C/az  
**Cena: Pasta + Pescado + Fruta**

- 6 Crema de Calabaza Calabaza Dado Eso, Patata  
Dado Eso, Aceite Oliva Virgen Extra Eso, Cebolla Dado  
Eso

Hamburguesa de Ternera a la Plancha con  
Cebolla Pochada Hamburguesa Ternera, Cebolla  
Dado Eso, Aceite Oliva Virgen Extra Eso, Ajo  
Arroz Pilaf Salteado Arroz Vaporizado, Aceite  
Oliva Virgen Extra Eso, Sal Fina Yodada, Perejil

Pan Blanco Pan

Fruta de Temporada

**Cena: Ensalada + Huevo + Lácteo o Fruta**

- 13 Arroz Caldoso de Verduras Arroz Vaporizado,  
Alcachofa, Guisante ESO, Auda Verde Redonda Eso

Tortilla de Patatas con Cebolla Tortilla  
Patata, Cebolla, Aceite

Ensalada de Lechuga Lechuga (leberg), Aceite  
Oliva Virgen Extra Eso, Vinagre, Sal Fina Yodada

Pan Blanco Pan

Fruta de Temporada

**Cena: Verdura + Carne + Lácteo o Fruta**

## Martes

- 24 Crema de Calabacin Calabacin Dado Eso, Patata  
Dado Eso, Cebolla Dado Eso, Aceite Oliva Virgen Extra  
Eso  
Espaguetis Boloñesa Espagueti, Tomate  
Trinidado, Pollo Frito Eso

Pan Blanco Pan

Fruta de Temporada

**Cena: Ensalada + Huevo + Lácteo o Fruta**

- 31 Crema de Zanahoria Zañahoria Dado Eso, Patata  
Dado Eso, Aceite Oliva Virgen Extra Eso, Cebolla Dado  
Eso

**Merluza a la Jardinería** Merluza Borden, Zañahoria  
Dado Eso, Tomate Frito Eso, Guisante Eso

Patatas Panaderas al Vapor Patata Panadera Eso,  
Aceite Oliva Virgen Extra Eso, Perejil, Sal Fina Yodada

Pan Blanco Pan

Fruta de Temporada

**Cena: Ensalada + Huevo + Lácteo o Fruta**

- 7 Alubias Blancas Guisadas Patata Dado Eso,  
Ajudas Blancas, Zañahoria Dado Eso, Pimiento Verde Dado  
Eso

Tortilla Francesa Tortilla Francesa  
Tomate Natural, Tomate, Aceite Oliva Virgen Extra  
Eso, Vinagre, Sal Fina Yodada

Pan Blanco Pan

Fruta de Temporada

**Cena: Arroz + Aves + Lácteo o Fruta**

- 14 Crema de Verduras Patata Dado Eso, Calabacin  
Dado Eso, Calabaza Dado Eso, Zañahoria Dado Eso

Tallarines Boloñesa Tallarines, Tomate Trinidado,  
Tomate Frito Eso, Pollo Picado

Pan Blanco Pan

Fruta de Temporada

**Cena: Ensalada + Pescado + Lácteo o Fruta**

## Miércoles

- 25 Sopa de Verduras con Garbanzos Zañahoria  
Dado Eso, Patata Dado Eso, Garbanzo Peditroillano,  
Cebolla Dado Eso  
Muslito de Pollo al Horno al Ajillo Pollo  
Muslito, Aceite Oliva Virgen Extra Eso, Patata Dado  
Eso, Cebolla Dado Eso

Pan Blanco Pan

Fruta de Temporada

**Cena: Pasta + Pescado + Lácteo o Fruta**

- 1 Potaje de Alubias Blancas con Calabacin  
Alubia Blanca, Patata Dado Eso, Calabacin Dado Eso,  
Zañahoria Dado Eso

Tortilla de Patatas con Cebolla Tortilla  
Patata, Cebolla, Aceite

Pan Blanco Pan

Fruta de Temporada

**Cena: Arroz + Aves + Lácteo o Fruta**

- 8 Macarrones con Tomate y Albahaca  
Macarrones, Tomate Trinidado, Tomate Frito Eso,  
Aceite Oliva Virgen Extra Eso

Marmitako de Atun Guisado Patata Dado Eso,  
Ajudas, Cebolla Dado Eso, Pimiento Boloña

Pan Blanco Pan

Fruta de Temporada

**Cena: Verdura + Carne + Lácteo o Fruta**

- 15 Ensalada de Lechuga, Col, Zañahoria, Maiz  
y Huevo cocido 4 estaciones (lechuga, lombarda,  
zanahoria, Huevo Duro, Maiz Dulce, Aceite Oliva  
Virgen Extra Eso

Lentijas guisadas con Arroz, Lenteja Panadera,  
Patata Dado Eso, Zañahoria Dado Eso, Aceite Oliva  
Virgen Extra Eso

Pan Blanco Pan

Yogur Natural Azucarado Yogurt Natural C/az

**Cena: Pasta + Pescado + Fruta**

## Jueves

- 26 Arroz al Vapor con Salsa de Tomate Arroz  
Vaporizado, Tomate Frito Eso, Tomate Trinidado, Aceite  
Oliva Virgen Extra Eso  
Tortilla Francesa Tortilla Francesa

Pan Blanco Pan

Fruta de Temporada

**Cena: Verdura + Carne + Lácteo o Fruta**

- 2 Crema Hortelana Patata Dado Eso, Calabaza Dado  
Eso, Zañahoria Dado Eso, Espinacas

Arroz al Horno con Pavo y Zañahoria Arroz  
Vaporizado, Pavo Dado, Zañahoria Dado Eso, Aceite  
Oliva Virgen Extra Eso

Pan Blanco Pan

Fruta de Temporada

**Cena: Ensalada + Huevo + Lácteo o Fruta**

- 9 Ensalada de lechuga, Maiz y Queso Fresco  
Lechuga (leberg), Maiz Dulce, Queso Fresco, Aceite Oliva  
Virgen Extra Eso

Puchero Patata Dado Eso, Garbanzo Peditroillano,  
Pollo Contramundo, Arroz Vaporizado

Pan Blanco Pan

Yogur Natural Azucarado Yogurt Natural C/az

**Cena: Pasta + Pescado + Fruta**

- 16 Crema de Calabacin calabacin Dado Eso, patata  
Dado Eso, Cebolla Dado Eso, Aceite Oliva Virgen Extra  
Eso

Jamoncito de Pollo al Horno Pollo Jamoncito,  
Aceite Oliva Virgen Extra Eso, Vino Blanco, Ajo

Pan Blanco Pan

Fruta de Temporada

**Cena: Ensalada + Huevo + Lácteo o Fruta**

## Viernes

- 27 Lentejas con Verduras Cocidas Patata Dado  
Eso, Lentejas, Zañahoria Dado Eso, Cebolla Dado Eso  
Bacalao al Horno a la Riojana Bacalao Med  
Ponido Bolo, Dado Eso  
Ensalada Rústica Lech, Romana, Esc, Rizada,  
Achiote, Aceite Rosa, Aceite Oliva Virgen Extra Eso,  
Vinagre, Sal Fina Yodada

Pan Integral (harina integral 50%) Pan  
Integral

Fruta de Temporada

**Cena: Pasta + Huevo + Lácteo o Fruta**

- 3 Lentejas con Salsa de Tomate y Orégano  
Pasta, Tomate Trinidado, Tomate Frito Eso, Aceite  
Oliva Virgen Extra Eso

Jureles al Horno en Salsa de Adobo Jurel  
Frito, Aceite Oliva Virgen Extra Eso, Cebolla Dado Eso,  
Patata Dado Eso

Ensalada Clásica Esmeralda Lisa y Rizada, Achiote,  
Rojas, Aceite Oliva Virgen Extra Eso, Vinagre, Sal Fina  
Yodada

Pan Integral (harina integral 50%) Pan  
Integral

Fruta de Temporada

- 10 Arroz al Vapor con Salsa de Tomate Arroz  
Vaporizado, Tomate Frito Eso, Tomate Trinidado, Aceite  
Oliva Virgen Extra Eso

Merluza al Horno en Salsa de Cebolla y  
Eneldo Merluza Borden, Cebolla Dado Eso, Vino  
Blanco, Aceite Oliva Virgen Extra Eso

Ricadela Mezcilum Escarola, Lechuga, Taloel,  
Ricadela, Espinaca, Achiote, Aceite Oliva Virgen Extra Eso,  
Vinagre, Sal Fina Yodada

Pan Integral (harina integral 50%) Pan  
Integral

Fruta de Temporada

- 17 Espirales con Salsa de Tomate y Queso  
Rallado Espiral, Tomate Trinidado, Tomate Frito Eso,  
Queso Rallado

Jureles al Horno Encbollados Jurel Frito,  
Cebolla Dado Eso, Aceite Oliva Virgen Extra Eso, Vino  
Blanco

Ensalada Rústica Lech, Romana, Esc, Rizada,  
Achiote, Aceite Rosa, Aceite Oliva Virgen Extra Eso,  
Vinagre, Sal Fina Yodada

Pan Integral (harina integral 50%) Pan  
Integral

Fruta de Temporada

**Cena: Verdura + Aves + Lácteo o Fruta**

### Lunes

**23** Ensalada de Lechuga y Queso Fresco  
Lechuga iceberg, Queso Fresco, Aceite Oliva Virgen Extra Eco, Vinagre

Cazuela de Fideos con Choco Sin Tomate  
Sin Cebolla Sin Zanahoria, Patata Dado Eco, Fideos Dureros, Calabaza Eco, Pibon

Pan Blanco Pan  
Yogurt Natural Yogurt Natural

**Cena:** Arroz + Aves + Fruta

**30** Ensalada de Lechuga y Huevo cocido  
Lechuga iceberg, Huevo Duro, Aceite Oliva Virgen Extra Eco, Vinagre

Lentejas Guisadas con Pollo Sin Tomate  
Sin Cebolla Sin Zanahoria, Lentejas, Pimiento Verde Dado Eco, Pimiento Rojo Dado Eco, Patata Dado Eco

Pan Blanco Pan  
Yogurt Natural Yogurt Natural

**Cena:** Pasta + Pescado + Fruta

**6** Crema de Calabaza sin Cebolla  
Calabaza Dado Eco, Patata Dado Eco, Aceite Oliva Virgen Extra Eco, Sal Fina Yodada

Hamburguesa de Ternera a la Plancha (Sin Cebolla), Hamburguesa Ternera, Aceite Oliva Virgen Extra Eco, Ajo, Sal Fina Yodada

Arroz Pilaf Salicardo Arroz Vaporizado, Aceite Oliva Virgen Extra Eco, Sal Fina Yodada, Perejil

Pan Blanco Pan  
Yogurt Natural Yogurt Natural

**Cena:** Ensalada + Huevo + Lácteo o Fruta

**13** Arroz Caldo de Verduras Sin Cebolla Sin Tomate Sin Zanahoria Arroz Vaporizado, Alcaparra, Pimiento Verde Dado Eco, Pimiento Rojo Dado Eco

Tortilla Francesa Tortilla Francesa

Ensalada de Lechuga Lechuga iceberg, Aceite Oliva Virgen Extra Eco, Vinagre, Sal Fina Yodada

Pan Blanco Pan  
Yogurt Natural Yogurt Natural

**Cena:** Verdura + Carne + Lácteo o Fruta

### Martes

**24** Crema de Calabacin sin Cebolla  
Calabacin Dado Eco, Patata Dado Eco, Aceite Oliva Virgen Extra Eco, Sal Fina Yodada

Espaguetis Boloneses sin Tomate, Espagueti, Tomera Picada, Pollo Picado, Aceite Oliva Virgen Extra Eco

Pan Blanco Pan  
Yogurt Natural Yogurt Natural

**Cena:** Ensalada + Huevo + Lácteo o Fruta

**31** Crema de Calabacin sin Cebolla  
Calabacin Dado Eco, Patata Dado Eco, Aceite Oliva Virgen Extra Eco, Sal Fina Yodada

Albondiñas de Cerdo al Horno, Albondiga, Cerdo, Aceite Oliva Virgen Extra Eco, Ajo, Sal Fina Yodada

Patatas Panaderas al Vapor, Patata Panadera Eco, Aceite Oliva Virgen Extra Eco, Pimiento, Sal Fina Yodada

Pan Blanco Pan  
Yogurt Natural Yogurt Natural

**Cena:** Ensalada + Huevo + Lácteo o Fruta

**7** Alubias Blancas Guisadas Sin Tomate Sin Cebolla Sin Zanahoria Patata Dado Eco, Alubia Blanca, Pimiento Rojo Dado Eco, Aceite Oliva Virgen Extra Eco

Tortilla Francesa Tortilla Francesa

Ensalada de Lechuga Lechuga iceberg, Aceite Oliva Virgen Extra Eco, Vinagre, Sal Fina Yodada

Pan Blanco Pan  
Yogurt Natural Yogurt Natural

**Cena:** Arroz + Aves + Lácteo o Fruta

**14** Crema de Verduras Sin Cebolla Sin Zanahoria Calabaza Dado Eco, Calabacin Dado Eco, Patata Dado Eco, Aceite Oliva Virgen Extra Eco

Tallarines Boloneses Sin Tomate Tallarines, Pollo Picado, Tomera Picada, Aceite Oliva Virgen Extra Eco

Pan Blanco Pan  
Yogurt Natural Yogurt Natural

**Cena:** Ensalada + Pescado + Lácteo o Fruta

### Miércoles

**25** Sopa de Verduras con Garbanzos Sin Cebolla Sin Zanahoria Garbanzo Cocido Eco, Pimiento Rojo, Calabacin, Patata Dado Eco

Contramiso de Pollo al Horno al Ajillo Sin Cebolla Pollo Jarrameño, Aceite Oliva Virgen Extra Eco, Patata Dado Eco, Vino Blanco

Patatas al Horno a la Provenzal Patata Panadera Eco, Aceite Oliva Virgen Extra Eco, Ajo, Limón, Tomillo

Pan Blanco Pan  
Yogurt Natural Yogurt Natural

Pan Blanco Pan  
Yogurt Natural Yogurt Natural

**Cena:** Pasta + Pescado + Lácteo o Fruta

**1** Potaje de Alubias Blancas con Calabacin Sin Tomate Sin Cebolla Sin Zanahoria Alubia Blanca, Patata Dado Eco, Calabacin Dado Eco, Pimiento Rojo Dado Eco

Tortilla Francesa Tortilla Francesa

Ensalada de Lechuga Lechuga iceberg, Aceite Oliva Virgen Extra Eco, Vinagre, Sal Fina Yodada

Pan Blanco Pan  
Yogurt Natural Yogurt Natural

**Cena:** Arroz + Aves + Lácteo o Fruta

**8** Macarrones con Albahaca Macarrones, Aceite Oliva Virgen Extra Eco, Albahaca Fresca, Sal Fina Yodada

Marrinikato de Atún Sin Tomate Sin Cebolla Patata Dado Eco, Atun Tostado, Puerro Rociado, Pimiento Rojo, Dado Eco

Pan Blanco Pan  
Yogurt Natural Yogurt Natural

**Cena:** Verdura + Carne + Lácteo o Fruta

**15** Ensalada de Lechuga y Huevo cocido Lechuga iceberg, Huevo Duro, Aceite Oliva Virgen Extra Eco, Vinagre

Lentejas guisadas con Arroz Sin Tomate Sin Cebolla Sin Zanahoria Lenteja Paredna, Patata Dado Eco, Aceite Oliva Virgen Extra Eco, Pimiento Rojo Dado Eco

Pan Blanco Pan  
Yogurt Natural Yogurt Natural

**Cena:** Pasta + Pescado + Fruta

### Jueves

**26** Arroz con Calabacin y Puerro Arroz Vaporizado, Calabacin Dado Eco, Puerro Rociado, Aceite Oliva Virgen Extra Eco

Tortilla Francesa Tortilla Francesa

Pan Blanco Pan  
Yogurt Natural Yogurt Natural

**Cena:** Verdura + Carne + Lácteo o Fruta

**2** Crema Horrelana Sin Cebolla Sin Zanahoria Calabaza Dado Eco, Patata Dado Eco, Calabacin Dado Eco, Espinaca

Arroz con Pavo Sin Zanahoria Sin Cebolla Arroz Vaporizado, Pavo Dado, Aceite Oliva Virgen Extra Eco, Sal Fina Yodada

Pan Blanco Pan  
Yogurt Natural Yogurt Natural

**Cena:** Ensalada + Huevo + Lácteo o Fruta

**9** Ensalada de Lechuga y Queso Fresco Lechuga iceberg, Queso Fresco, Aceite Oliva Virgen Extra Eco, Vinagre

Puchero Sin Zanahoria Garbanzo Cocido Eco, Pollo Contramiso, Patata Dado Eco, Aceite Oliva Virgen Extra Eco

Pan Blanco Pan  
Yogurt Natural Yogurt Natural

**Cena:** Pasta + Pescado + Fruta

**16** Crema de Calabacin sin Cebolla Calabacin Dado Eco, Patata Dado Eco, Aceite Oliva Virgen Extra Eco, Sal Fina Yodada

Jamoncillo de Pollo al Horno Pollo Jarrameño, Aceite Oliva Virgen Extra Eco, Vino Blanco, Ajo

Patatas Panaderas al Vapor Patata Panadera Eco, Aceite Oliva Virgen Extra Eco, Pimiento, Sal Fina Yodada

Pan Blanco Pan  
Yogurt Natural Yogurt Natural

**Cena:** Ensalada + Huevo + Lácteo o Fruta

### Viernes

**27** Lentejas con Verduras sin Tomate Sin Cebolla Sin Zanahoria Patata Dado Eco, Lenteja Paredna, Pimiento Verde Dado Eco, Pimiento Rojo Dado Eco

Bacalao al Horno a la Riojana Sin Tomate Sin Cebolla Bacalao Mid Perdon 80/90, Pimiento Rojo Dado Eco, Aceite Oliva Virgen Extra Eco, Vino Blanco

Ensalada Rustica Lech, Romana Eco, Randa, Achiote, Acelga Roja, Aceite Oliva Virgen Extra Eco, Vinagre, Sal Fina Yodada

Pan Blanco Pan  
Yogurt Natural Yogurt Natural

Pan Blanco Pan  
Yogurt Natural Yogurt Natural

**Cena:** Pasta + Huevo + Lácteo o Fruta

**3** Lardos con Orégano Farfalle, Aceite Oliva Virgen Extra Eco, Sal Fina Yodada, Orégano

Jureles al Horno en Salsa de Adobo Sin Cebolla Jurel Filete, Aceite Oliva Virgen Extra Eco, Patata Dado Eco, Vinagre Vero Blanco

Ensalada Clásica Escarola Lisa y Rociado, Achiote, Roja, Aceite Oliva Virgen Extra Eco, Vinagre, Sal Fina Yodada

Pan Blanco Pan  
Yogurt Natural Yogurt Natural

**Cena:** Verdura + Carne + Lácteo o Fruta

**10** Arroz con Calabaza y Puerro Arroz Vaporizado, Puerro Rociado, Calabaza Dado Eco, Aceite Oliva Virgen Extra Eco

Merluza al Horno sin Cebolla Merluza Winced, Aceite Oliva Virgen Extra Eco, Ajo, Sal Fina Yodada

Ensalada Mezclum Escarola, Lechuga, Tívoli, Rúcula, Espinaca, Achiote, Aceite Oliva Virgen Extra Eco, Vinagre, Sal Fina Yodada

Pan Blanco Pan  
Yogurt Natural Yogurt Natural

**Cena:** Verdura + Carne + Lácteo o Fruta

**17** Espárragos con Queso Espárrago Rociado, Aceite Oliva Virgen Extra Eco, Sal Fina Yodada

Jureles al Horno Jurel Filete, Aceite Oliva Virgen Extra Eco, Ajo, Sal Fina Yodada

Ensalada Rustica Lech, Romana, Eco, Rúcula, Achiote, Acelga Roja, Aceite Oliva Virgen Extra Eco, Vinagre, Sal Fina Yodada

Pan Blanco Pan  
Yogurt Natural Yogurt Natural

**Cena:** Verdura + Aves + Lácteo o Fruta

# \* Menú IS Andalucía. Ene - Feb 2023

Sin Fructosa Sin Lactosa - - Colegios IN SITU Andalucía (Alimentart)

## Lunes

**23** Ensalada de Lechuga Lechuga Iceberg, Aceite Oliva Virgen Extra Eco, Vinagre, Sal Fina Yodada  
Cazuela de Fideos con Choco Sin Tomate Sin Cebolla Sin Zanahoria Patata Dado Eco, Fideos Dureros, Guisame Eco, Pabon

Pan Blanco Pan  
Yogur de Soja Yogurt Soja Natural  
**Cena:** Arroz + Avena + Fruta  
**Ensalada de lechuga y Huevo cocido** Lechuga Iceberg, Huevo Duro, Aceite Oliva Virgen Extra Eco, Vinagre

**30** Lentejas Guisadas con Pollo Sin Tomate Sin Cebolla Sin Zanahoria Lenteja, Pimiento Verde Dado Eco, Pimiento Rojo Dado Eco, Patata Dado Eco

Pan Blanco Pan  
Yogur de Soja Yogurt Soja Natural  
**Cena:** Pasta + Pescado + Fruta

**6** Crema de Calabaza sin Cebolla Calabaza Dado Eco, Patata Dado Eco, Aceite Oliva Virgen Extra Eco, Sal Fina Yodada

Hamburguesa de Ternera a la Plancha (Sin Cebolla), Hamburguesa Ternera, Aceite Oliva Virgen Extra Eco, Ajo, Sal Fina Yodada  
Arroz Pilaf Salteado Arroz Vaporizado, Aceite Oliva Virgen Extra Eco, Sal Fina Yodada, Perejil

Pan Blanco Pan  
Yogur de Soja Yogurt Soja Natural  
**Cena:** Ensalada + Huevo + Lacteo o Fruta

**13** Arroz Caldoso de Verduras sin Cebolla Sin Tomate Sin Zanahoria Arroz Vaporizado, Alcachofa, Pimiento Verde Dado Eco, Pimiento Rojo Dado Eco  
Tortilla Francesa Tortilla Francesa

Ensalada de Lechuga Lechuga Iceberg, Aceite Oliva Virgen Extra Eco, Vinagre, Sal Fina Yodada  
Pan Blanco Pan  
Yogur de Soja Yogurt Soja Natural  
**Cena:** Verdura + Carne + Lacteo o Fruta

## Martes

**24** Crema de Calabacin sin Cebolla Calabacin Dado Eco, Patata Dado Eco, Aceite Oliva Virgen Extra Eco, Sal Fina Yodada  
Espaguetis Boloneses sin Tomate Espagueti, Ternera Picada, Pollo Picado, Aceite Oliva Virgen Extra Eco

Pan Blanco Pan  
Yogur de Soja Yogurt Soja Natural  
**Cena:** Ensalada + Huevo + Lacteo o Fruta

**31** Crema de Calabacin sin Cebolla Calabacin Dado Eco, Patata Dado Eco, Aceite Oliva Virgen Extra Eco, Sal Fina Yodada

Albondigas de Cerdo al Horno Albondiga, Cerdo, Aceite Oliva Virgen Extra Eco, Ajo, Sal Fina Yodada  
Patatas Panaderas al Vapor Patata Panadera Eco, Aceite Oliva Virgen Extra Eco, Pechillo, Sal Fina Yodada

Pan Blanco Pan  
Yogur de Soja Yogurt Soja Natural  
**Cena:** Ensalada + Huevo + Lacteo o Fruta

**7** Alubias Blancas Guisadas sin Tomate Sin Cebolla Sin Zanahoria Patata Dado Eco, Alubia Blanca, Pimiento Rojo Dado Eco, Aceite Oliva Virgen Extra Eco  
Tortilla Francesa Tortilla Francesa

Ensalada de Lechuga Lechuga Iceberg, Aceite Oliva Virgen Extra Eco, Vinagre, Sal Fina Yodada  
Pan Blanco Pan  
Yogur de Soja Yogurt Soja Natural

**14** Crema de Verduras sin Zanahoria Patata Dado Eco, Calabacin Dado Eco, Calabaza Dado Eco, Aceite Oliva Virgen Extra Eco

Tallarines Boloneses Sin Tomate Tallarines, Pollo Picado, Ternera Picada, Aceite Oliva Virgen Extra Eco

Pan Blanco Pan  
Yogur de Soja Yogurt Soja Natural  
**Cena:** Ensalada + Pescado + Lacteo o Fruta

## Miércoles

**25** Sopa de Verduras con Garbanzos Sin Cebolla Sin Zanahoria Garbanzo Cocido Eco, Pimiento Rojo, Calabacin, Patata Dado Eco  
Contramiso de Pollo al Horno al Ajillo Sin Cebolla Pollo Jarrameño, Aceite Oliva Virgen Extra Eco, Patata Dado Eco, Vino Blanco

Patatas al Horno a la Provenzal Patata Panadera Eco, Aceite Oliva Virgen Extra Eco, Ajo, Limón, Tomillo  
Pan Blanco Pan  
Yogur de Soja Yogurt Soja Natural  
**Cena:** Pasta + Pescado + Lacteo o Fruta

**1** Potaje de Alubias Blancas con Calabacin Sin Tomate Sin Cebolla Sin Zanahoria Alubia Blanca, Patata Dado Eco, Calabacin Dado Eco, Pimiento Rojo Dado Eco  
Tortilla Francesa Tortilla Francesa

Ensalada de Lechuga Lechuga Iceberg, Aceite Oliva Virgen Extra Eco, Vinagre, Sal Fina Yodada  
Pan Blanco Pan  
Yogur de Soja Yogurt Soja Natural

**8** Macarrones con Albahaca Macarrones, Aceite Oliva Virgen Extra Eco, Albahaca Fresca, Sal Fina Yodada

Marrinikato de Atún Sin Tomate Sin Cebolla Patata Dado Eco, Atun Tosado, Pimiento Rojo, Pimiento Rojo Dado Eco

Pan Blanco Pan  
Yogur de Soja Yogurt Soja Natural  
**Cena:** Verdura + Carne + Lacteo o Fruta

**15** Ensalada de Lechuga y Huevo cocido Lechuga Iceberg, Huevo Duro, Aceite Oliva Virgen Extra Eco, Vinagre

Lentejas guisadas con Arroz Sin Tomate Sin Cebolla Sin Zanahoria Lenteja Parda, Patata Dado Eco, Aceite Oliva Virgen Extra Eco, Pimiento Rojo Dado Eco  
Pan Blanco Pan  
Yogur de Soja Yogurt Soja Natural  
**Cena:** Pasta + Pescado + Fruta

## Jueves

**26** Arroz con Calabacin y Puerro Arroz Vaporizado, Calabacin Dado Eco, Puerro Rodaja, Aceite Oliva Virgen Extra Eco  
Tortilla Francesa Tortilla Francesa

Ensalada de lechuga Lechuga Iceberg, Aceite Oliva Virgen Extra Eco, Vinagre, Sal Fina Yodada  
Pan Blanco Pan  
Yogur de Soja Yogurt Soja Natural  
**Cena:** Verdura + Carne + Lacteo o Fruta

**2** Crema Horretana Sin Cebolla Sin Zanahoria Calabaza Dado Eco, Patata Dado Eco, Calabacin Dado Eco, Espinacas

Arroz con Pavo Sin Zanahoria Sin Cebolla Arroz Vaporizado, Pavo Dado, Aceite Oliva Virgen Extra Eco, Sal Fina Yodada

Pan Blanco Pan  
Yogur de Soja Yogurt Soja Natural  
**Cena:** Ensalada + Huevo + Lacteo o Fruta

**9** Ensalada de Lechuga Lechuga Iceberg, Aceite Oliva Virgen Extra Eco, Vinagre, Sal Fina Yodada

Puchero Sin Zanahoria Garbanzo Cocido Eco, Pollo Contramiso, Patata Dado Eco, Aceite Oliva Virgen Extra Eco

Pan Blanco Pan  
Yogur de Soja Yogurt Soja Natural  
**Cena:** Pasta + Pescado + Fruta

**16** Crema de Calabacin sin Cebolla Calabacin Dado Eco, Patata Dado Eco, Aceite Oliva Virgen Extra Eco, Sal Fina Yodada

Jamoncillo de Pollo al Horno Pollo Jarrameño, Aceite Oliva Virgen Extra Eco, Vino Blanco, Ajo  
Patatas Panaderas al Vapor Patata Panadera Eco, Aceite Oliva Virgen Extra Eco, Pechillo, Sal Fina Yodada  
Pan Blanco Pan  
Yogur de Soja Yogurt Soja Natural  
**Cena:** Ensalada + Huevo + Lacteo o Fruta

## Viernes

**27** Lentejas con Verduras sin Tomate Sin Cebolla Sin Zanahoria Patata Dado Eco, Lenteja Parda, Pimiento Verde Dado Eco, Pimiento Rojo Dado Eco  
Bacalao al Horno a la Riojana Sin Tomate Sin Cebolla Bacalao Mar Paredón 80/90, Pimiento Rojo Dado Eco, Aceite Oliva Virgen Extra Eco, Vino Blanco

Ensalada Rústica Lenteja Romana Eco, Bonda, Achiote, Ajo, Aceite Oliva Virgen Extra Eco, Vinagre, Sal Fina Yodada  
Pan Blanco Pan  
Yogur de Soja Yogurt Soja Natural  
**Cena:** Pasta + Huevo + Lacteo o Fruta

**3** Lacteos con Orégano Frijolillo, Aceite Oliva Virgen Extra Eco, Sal Fina Yodada, Orégano

Jureles al Horno en Salsa de Adobo Sin Cebolla Jurel Filete, Aceite Oliva Virgen Extra Eco, Patata Dado Eco, Vinagre, Vino Blanco

Ensalada Clásica Escarola Lisa y Rizada, Achiote Rojo, Aceite Oliva Virgen Extra Eco, Vinagre, Sal Fina Yodada  
Pan Blanco Pan  
Yogur de Soja Yogurt Soja Natural  
**Cena:** Verdura + Carne + Lacteo o Fruta

**10** Arroz con Calabaza y Puerro Arroz Vaporizado, Puerro Rodaja, Calabaza Dado Eco, Aceite Oliva Virgen Extra Eco

Merluza al Horno sin Cebolla Merluza White, Aceite Oliva Virgen Extra Eco, Ajo, Sal Fina Yodada

Ensalada Mezclum Escarola, Lechuga, Tívoli, Rúcula, Espinaca, Achiote, Aceite Oliva Virgen Extra Eco, Vinagre, Sal Fina Yodada  
Pan Blanco Pan  
Yogur de Soja Yogurt Soja Natural  
**Cena:** Verdura + Carne + Lacteo o Fruta

**17** Españoles con Aceite y Ajo Español, Aceite Oliva Virgen Extra Eco, Ajo, Sal Fina Yodada

Jureles al Horno Jurel Filete, Aceite Oliva Virgen Extra Eco, Ajo, Sal Fina Yodada  
Ensalada Rústica Lenteja Romana Eco, Bonda, Achiote, Ajo, Aceite Oliva Virgen Extra Eco, Vinagre, Sal Fina Yodada  
Pan Blanco Pan  
Yogur de Soja Yogurt Soja Natural  
**Cena:** Verdura + Avena + Lacteo o Fruta

