MENÚ GENERAL

NOVIEMBRE 2026

(menús adaptados a la nueva normativa vigente **Real Decreto 315/2025, de 15 de abril** de obligatorio cumplimiento para los colegios, privados, públicos y concertados que imparten educación infantil (2.º ciclo), primaria, educación especial, educación secundaria obligatoria, bachillerato o ciclos formativos de formación profesional de grado básico o medio en España)

	LUNES 2	MARTES 3	MIÉRCOLES 4	JUEVES 5: BALEARES	VIERNES 6
COMIDA		CREMA DE GARBANZOS Y ZANAHORIA FISH AND CHIPS (las patatas al horno) (1,4 y tr: 1,3,6,7,10,14) FRUTA DEL TIEMPO	ARROZ **INTEGRAL** AL CURRI HUEVO REVUELTO CON QUESO (3,7) ENS. TOMATE Y ACEITUNAS FRUTA DEL TIEMPO	SOPA DE "BOLLIT" (1,3,6,9,10) "BOLLIT" DE POLLO CON PATATA, ZANAHORIA Y JUDÍA VERDE FRUTA DEL TIEMPO	ENSALADA MIXTA (tomate, zanahoria, lechuga y cebolla) CHILLY CON CARNE Y ARROZ BASMATI (plato mayoritariamente de proteína vegetal) FRUTA DEL TIEMPO
CENA		Lomo a la plancha con mazorca de maíz y brócoli + fruta	Merluza al horno con patata y calabacín + fruta	Huevos fritos con moniato y ensalada + fruta	Salmón con puré de patata y judía verde + fruta
	LUNES 9	**MARTES 10**	**MIÉRCOLES 11**	**JUEVES 12: JAPONÉS**	**VIERNES 13**
COMIDA	POTAJE DE GARBANZOS TORTILLA DE PATATA (3) ENS. VARIADA (tomate, mezclum y maíz) FRUTA DEL TIEMPO	ENSALADA GRIEGA (tomate, pepino, aceituna, queso y cebolla morada) (7) ALBÓNDIGAS CON SALSA DE TOMATE Y PATATA FRITA (6,9,10) FRUTA DEL TIEMPO	ARROZ **INTEGRAL** CON SALSA DE TOMATE MERLUZA AL HORNO CON LIMÓN (4) ENS. TROPICAL (tomate, lechuga, maíz y piña) FRUTA DEL TIEMPO	ENSALADA ASIÁTICA (col, zanahoria, pimiento rojo, cilantro y vinagre de arroz) TALLARINES YAKISOBA CON POLLO (1,3,6,10) FRUTA DEL TIEMPO	VICHYSSOISE (6) DAL DE LENTEJAS CON ARROZ BASMATI (1) (plato de proteína vegetal) GELATINA CASERA
CENA	Crema de verduras + pizza casera + fruta	Huevos revueltos con menestra de verduras + fruta	Salchichas con menestra de verduras + fruta	Pescado a la plancha con zanahoria y guisantes + fruta	Sopa + pollo al horno con col + fruta
	LUNES 16	**MARTES 17**	**MIÉRCOLES 18**	**JUEVES 19:**	**VIERNES 20**
COMIDA	ARROZ TRES DELICIAS (6) MERLUZA AL HORNO CON PICADA DE AJO Y PEREJIL (4) ENS. DE MANZANA (Lechuga, pepino, mezclum, manzana y maíz) FRUTA DEL TIEMPO	CREMA DE LENTEJAS Y CALABAZA (1) MUSLOS DE POLLO AL HORNO CON LIMÓN Y ROMERO PATATA ASADA FRUTA DEL TIEMPO	PASTA **INTEGRAL** A LA CARBONARA (1,3,6,10,7) TORTILLA FRANCESA (3) ENS. TOMATE, CANÓNIGOS Y ACEITUNAS FRUTA DEL TIEMPO	ENSALADA PLOUGHMAN'S (hojas verdes, queso, jamón, manzana,rabanos y cebolla encurtida) (7) PATATA ASADA CON ALUBIAS (JACKET POTATO WITH BEANS) (plato de proteína vegetal) FRUTA DEL TIEMPO	SOPA DE FIDEOS (1,3,6,9,10) PESCADO REBOZADO CASERO CON HARINA DE GARBANZO (4) ENS. CHINA (lechuga, zanahoria, maíz, jamón y brotes de soja) (6) YOGUR (7)
CENA	Revuelto de huevo con jamón + pan con tomate + fruta	Quinoa con verduras + fruta	Hamburguesa de ternera con ratatuille y arroz + fruta	Alitas de pollo con moniato y judía verde + fruta	Crema de verdura + tortilla francesa + fruta

NEUS GOYENECHE TARRIDA
Dietista-Nutricionista
Nº Col. IB0088

MENÚ GENERAL

NOVIEMBRE 2026

	LUNES 24	MARTES 25	MIÉRCOLES 26	JUEVES 27: 	VIERNES 28
COMIDA	TREMPÓ DE GARBANZOS CON ATÚN (4) HAMBURGUESA CON PATATA FRITA (1,7,12) FRUTA DEL TIEMPO	ARROZ MILANESA TORTILLA FRANCESA (3) ENS. TOMATE Y ACEITUNAS FRUTA DEL TIEMPO	SOPA CON CALDO DE POLLO Y VERDURAS (1,3,6,9,10) MERLUZA EN SALSA DE PIMIENTOS (4) BRÓCOLI AL VAPOR MACEDONIA	ENSALADA KACHUMBER (tomates, pepinos, cebolla morada, cilantro y limón) POLLO AL CURRI CON ARROZ FRUTA DEL TIEMPO	ENSALADA VERDE CON HUEVO (3) LASAÑA CASERA VEGANA CON SOJA TEXTURIZADA (1,3,6,10) (plato de proteína vegetal) FRUTA DEL TIEMPO
CENA	Pescado al horno con moniato y calabaza + fruta	Quiche de espinacas + fruta	Crema de verduras + chuletas con patata	Acelgas con patata y huevos duros + fruta	Sopa de pescado con arroz, bacalao y verduras + fruta

	LUNES 30
COMIDA	ESPAGUETIS **INTERALES** A LA NAPOLITANA (1,3,6,10) SALMÓN AL HORNO (4) JUDÍA VERDE Y ZANAHORIA FRUTA DEL TIEMPO
CENA	Pollo al horno con patata y champiñones + fruta

INFORMACIÓN SOBRE LOS PRODUCTOS DE TEMPORADA SEGÚN APAEMA: berenjena, acelga, caqui, col, coliflor, brócoli, lechuga, escarola, espinacas, higo, puerro, limón, granada, mandarina, judía verde, zanahoria, pimiento, manzana, uvas, rávano y naranja.

NEUS GOYENECHE TARRIDA
Dietista-Nutricionista
Nº Col. IB0088