



COLEGIO GIOVANNI ANTONIO FARINA

MENÚ OCTUBRE 2025

LUNES

MARTES

MIÉRCOLES

JUEVES

VIERNES

		1 Crema de verduras Lomo a la plancha con patatas dado Pan integral-melón-leche 603Kcal. 29g Prot. 77g HC. 20g Lip	2 Judías pintas con chorizo Palometa con tomate y champiñón al ajillo Pan-pera-leche 655Kcal. 38g Prot. 80g HC. 20g Lip. Soja y pescado	3 Macarrones Napolitana Huevo frito/tortilla francesa con judías verdes con jamón. Pan-fruta-melocotón almíbar-leche 704Kcal. 38g Prot. 91g HC. 21g Lip. Gluten, huevo, leche (tortilla)
6 Patatas guisadas Salmón a la plancha con ensalada mixta Pan-plátano-leche 607Kcal. 37g Prot. 74g HC. 19g Lip Soja y pescado	7 Garbanzos jardinera Pavo a la plancha con patatas alioli Pan-melón-leche 697Kcal. 37g Prot. 90g HC. 21g Lip Soja y huevo	8 Sopa maravilla Albóndigas caseras con menestra de verduras Pan integral-manzana-leche 620Kcal. 22g Prot. 85g HC. 23g Lip. Gluten, soja, leche y huevo	9 Crema de verduras Pescadilla a la romana con guisantes con jamón Pan-naranja-leche 563Kcal. 24g Prot. 70g HC. 20g Lip Soja, pescado, huevo, leche y gluten	10 Lentejas estofadas Huevo cocido con Mahonesa/ tortilla francesa con tomate y aceitunas Pan-yogur-petit-fruta 625Kcal. 28g Prot. 81g HC. 21g Lip. Soja y huevo
13 Caracolas Napolitana Merluza a la plancha con lechuga y maíz Pan-manzana-leche 682Kcal. 35g Prot. 90g HC. 20g Lip Gluten y Pescado	14 Judías blancas con chorizo Hamburguesas de ternera con patatas dado Pan-flan casero-fruta 660Kcal. 39g Prot. 79g HC. 22g Lip. Soja y sulfitos	15 Crema de zanahorias Milanesas de pollo con tomate y aceitunas. Pan integral-pera-leche 635Kcal. 28g Prot. 85g HC. 20g Lip. Gluten y huevo	16 Arroz con tomate Huevo frito/tortilla francesa con judías verdes con jamón Pan-mandarina-leche 622Kcal. 27g Prot. 84g HC. 20g Lip Huevo y leche (tortilla)	17 Lentejas estofadas Bonito en salsa con patatas vinagreta Pan-fruta-gelatina-leche 701Kcal. 38g Prot. 81g HC. 25g Lip. Soja y pescado
20 Patatas marinera Salchichas y empanadillas con ensalada mixta. Pan-plátano-leche 694Kcal. 29g Prot. 95g HC. 22g Lip. Pescado, molusco, crustáceos, gluten y huevo	21 Garbanzos jardinera Perca a la plancha con brócoli aliñada Pan-manzana-leche 653Kcal. 39g Prot. 79g HC. 19g Lip. Soja y pescado	22 Sopa de ave con fideos Croquetas caseras con ensalada mixta Pan integral-pera-leche 662Kcal. 37g Prot. 84g HC. 20g Lip Gluten, huevo y leche	23 Judías pintas con verduras Palometa con tomate y menestra de verduras. Pan-melón-leche 671Kcal. 39g Prot. 79g HC. 22g Lip. Soja y pescado	24 Espaguetis boloñesa Huevo frito /tortilla francesa con champiñón al ajillo. Pan-naranja-leche 634Kcal. 30g Prot. 84g HC. 20g Lip Gluten, huevo y leche
27 Sopa de pescado Pavo a la plancha con patatas alioli Pan-manzana-leche 605Kcal. 29g Prot. 75g HC. 20g Lip. Pescado, molusco, crustáceos, gluten, huevo	28 Lentejas estofadas Pollo asado con ensalada mixta Pan-mandarina-leche 659Kcal. 40g Prot. 73g HC. 23g Lip. Soja	29 Paella mixta Palitos de merluza y calamares romana con judías verdes. Pan integral-pera-leche 670Kcal. 29g Prot. 89g HC. 22g Lip Pescado, molusco, crustáceos, gluten y huevo	30 Crema de verduras Lomo a la plancha con guisantes con jamón. Pan-plátano-leche 591Kcal. 28g Prot. 77g HC. 19g Lip. Soja	31 Día no lectivo

Todos los menús contienen PAN y leche o lácteo y agua de la Red Pública.

INFORMACIÓN AL CONSUMIDOR SOBRE LA PRESENCIA DE ALÉRGENOS SEGÚN REGLAMENTO 1169/2011.

MENÚ VALIDADO POR: Carmen Gema Benito Fernández. Técnico en Nutrición CNEO