

MES: Diciembre 2025

LA SALLE DE CORDOBA

Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes	Sábado	Domingo	Valoración
1 Coditos con salsa de tomate Filete de merluza en salsa de zanahoria con judías verdes salteadas Fruta de temporada y pan (*) 1º Verdura 2º Carne con Arroz y Lácteos	2 Cocido de garbanzos (chorizo, cebolla, patatas, pimentón dulce) Tortilla de patata al horno Yogur y pan integral (*) 1º Verdura 2º Carne con Verdura y Fruta	3 Puré de calabacín Jamoncitos de pollo asados con zanahorias salteadas Fruta de temporada y pan integral (*) 1º Patatas 2º Pescado con Pasta y Fruta	4 Arroz con pollo con arroz integral Tortilla francesa con atún con ensalada de lechuga y tomate Fruta de temporada y pan (*) 1º Verdura 2º Pescado con Pasta y Fruta	5 Crema de verduras Redondo de pavo (ajo, cebolla, especias, laurel, zanahoria) con patatas asadas Yogur y pan (*) 1º Pasta 2º Pescado con Pasta y Fruta	6 1º Verdura 2º Carne con Patatas y Lácteos 1º Legumbres 2º Pescado con Verdura y Fruta	7 1º Arroz 2º Huevos con Verdura y Lácteos 1º Verdura 2º Carne con Patatas y Lácteos	VE: 2888/691 GT: 18 GS: 4 HC: 94 AZ: 19 PROT: 38 SAL: 2
8 FESTIVO 1º Pasta 2º Carne con Verdura y Lácteos (*) 1º Verdura 2º Huevos con Arroz y Fruta	9 Lentejas estofadas con chorizo Empanadillas de atún con ensalada de lechuga y maíz Yogur y pan (*) 1º Verdura 2º Carne con Pasta y Fruta	10 Paella de verduras Tortilla de espinacas con guisantes salteados Fruta de temporada y pan (*) 1º Verdura 2º Carne con Verdura y Fruta	11 Crema de calabaza Ventresca de merluza en salsa verde con judías verdes salteadas Fruta de temporada y pan (*) 1º Verdura 2º Carne con Verdura y Fruta	12 Sopa de fideos Jamoncitos de pollo asados con patatas fritas Yogur y pan (*) 1º Verdura 2º Pescado con Verdura y Fruta	13 1º Patatas 2º Pescado con Verdura y Lácteos 1º Verdura 2º Huevos con Pasta y Fruta	14 1º Legumbres 2º Carne con Patatas y Fruta 1º Arroz 2º Pescado con Patatas y Lácteos	VE: 3060/732 GT: 21 GS: 5 HC: 100 AZ: 19 PROT: 33 SAL: 2
15 Macarrones con salsa de tomate con pasta integral Lomo adobado con menestra de verduras salteadas Fruta de temporada y pan (*) 1º Verdura 2º Pescado con Patatas y Lácteos	16 Alubias blancas estofadas (tomate, puerro, pimiento, zanahoria, calabacín, apio, patata) Hamburguesa al horno con ensalada de lechuga y zanahoria rallada Yogur y pan (*) 1º Verdura 2º Huevos con Pasta y Fruta	17 Crema de calabacín Tortilla francesa de jamón york con zanahorias salteadas Fruta de temporada y pan (*) 1º Arroz 2º Pescado con Legumbres y Fruta	18 MENÚ ESPECIAL NAVIDAD Pizza Nuggets de pollo con ensalada mixta Yogur y pan (*) 1º Verdura 2º Pescado con Patatas y Fruta	19 Crema de calabaza Lomo a la plancha con ensalada de lechuga y tomate Yogur y pan integral (*) 1º Arroz 2º Huevos con Patatas y Fruta	20 1º Verdura 2º Pescado con Verdura y Lácteos 1º Legumbres 2º Carne con Verdura y Fruta	21 1º Patatas 2º Carne con Verdura y Lácteos 1º Verdura 2º Pescado con Arroz y Fruta	VE: 2941/704 GT: 25 GS: 7 HC: 87 AZ: 19 PROT: 37 SAL: 2
22 Lentejas estofadas con chorizo Merluza con tomate con guisantes salteados Fruta de temporada y pan (*) 1º Verdura 2º Carne con Verdura y Fruta	23 Patatas estofadas con verduras Lomo en salsa con ensalada de lechuga y maíz Yogur y pan integral (*) 1º Verdura 2º Huevos con Pasta y Fruta	24 VACACIONES DE NAVIDAD 1º Pasta 2º Huevos con Verdura y Fruta (*) 1º Verdura 2º Carne con Patatas y Fruta	25 VACACIONES DE NAVIDAD 1º Verdura 2º Pescado con Pasta y Lácteos (*) 1º Legumbres 2º Carne con Verdura y Fruta	26 Arroz con carne (cerdo, judía verde, pimiento, zanahoria, tomate) Tortilla de patata al horno con ensalada mixta Yogur y pan integral (*) 1º Verdura 2º Pescado con Patatas y Fruta	27 1º Verdura 2º Carne con Arroz y Fruta 1º Pasta 2º Pescado con Verdura y Lácteos	28 1º Arroz 2º Pescado con Verdura y Lácteos 1º Verdura 2º Carne con Patatas y Lácteos	VE: 3042/728 GT: 22 GS: 5 HC: 100 AZ: 16 PROT: 36 SAL: 2
29 Alubias estofadas con verduras Pollo al horno con ensalada de lechuga y tomate Fruta de temporada y pan (*) 1º Verdura 2º Pescado con Patatas y Lácteos	30 Albóndigas en caldo Revuelto de atún con judías verdes salteadas Yogur y pan integral (*) 1º Verdura 2º Pescado con Patatas y Fruta	31 VACACIONES DE NAVIDAD 1º Pasta 2º Carne con Verdura y Fruta (*) 1º Verdura 2º Pescado con Arroz y Lácteos					VE: 3079/737 GT: 27 GS: 8 HC: 79 AZ: 18 PROT: 47 SAL: 3

(*) Recomendación cena (**) Recomendación comida // A partir de 18 meses

VISITA NUESTRA WEB: WWW.ELGUSTODECRECER.ES

Menú triturado

MENÚ ELABORADO POR EL DEPARTAMENTO DE NUTRICIÓN DE
aramark

Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes	Sábado	Domingo	Valoración
1 MENÚ COMPLETO Crema de calabacín con merluza Fruta del tiempo triturada y pan (*) 1º Arroz 2º Pescado con Verdura y Fruta	2 MENÚ COMPLETO Puré de patatas, calabacín y zanahorias con garbanzos Yogur y pan integral (*) 1º Verdura 2º Huevos con Verdura y Fruta	3 MENÚ COMPLETO Puré de verduras con pollo Fruta del tiempo triturada y pan (*) 1º Patatas 2º Carne con Verdura y Fruta	4 MENÚ COMPLETO Crema de arroz con verduras y merluza con arroz integral Fruta del tiempo triturada y pan (*) 1º Verdura 2º Carne con Verdura y Lácteos	5 MENÚ COMPLETO Puré de verduras con pavo Yogur y pan integral (*) 1º Pasta 2º Carne con Verdura y Fruta	6 1º Verdura 2º Carne con Pasta y Lácteos 1º Legumbres 2º Carne con Verdura y Fruta	7 1º Verdura 2º Huevos con Arroz y Lácteos 1º Legumbres 2º Carne con Verdura y Lácteos	VE: 2055/492 GT: 7 GS: 2 HC: 88 AZ: 19 PROT: 21 SAL: 1
8 FESTIVO 1º Arroz 2º Pescado con Verdura y Fruta (*) 1º Verdura 2º Huevos con Patatas y Lácteos	9 MENÚ COMPLETO Crema de legumbres (lentejas, patata, puerro, zanahoria) Yogur y pan integral (*) 1º Verdura 2º Carne con Verdura y Fruta	10 MENÚ COMPLETO Puré de verduras con pollo Fruta del tiempo triturada y pan (*) 1º Pasta 2º Pescado con Verdura y Lácteos	11 MENÚ COMPLETO Crema de calabaza con merluza Fruta del tiempo triturada y pan (*) 1º Legumbres 2º Carne con Verdura y Fruta	12 MENÚ COMPLETO Puré de verduras con pollo Yogur y pan integral (*) 1º Patatas 2º Pescado con Verdura y Fruta	13 1º Arroz 2º Carne con Pasta y Fruta 1º Pasta 2º Huevos con Verdura y Lácteos	14 1º Arroz 2º Pescado con Verdura y Fruta 1º Verdura 2º Huevos con Patatas y Lácteos	VE: 1770/423 GT: 5 GS: 2 HC: 77 AZ: 17 PROT: 20 SAL: 1
15 MENÚ COMPLETO Crema de calabacín con lomo Fruta del tiempo triturada y pan (*) 1º Legumbres 2º Carne con Verdura y Fruta	16 MENÚ COMPLETO Crema de arroz con verduras y pavo Yogur y pan integral (*) 1º Verdura 2º Pescado con Verdura y Fruta	17 MENÚ COMPLETO Crema de calabacín con merluza Fruta del tiempo triturada y pan (*) 1º Patatas 2º Carne con Verdura y Fruta	18 MENÚ COMPLETO Puré de verduras con pollo Yogur y pan (*) 1º Pasta 2º Carne con Verdura y Fruta	19 MENÚ COMPLETO Puré de patatas, calabaza y puerro con pescado Yogur y pan integral (*) 1º Legumbres 2º Pescado con Verdura y Fruta	20 1º Pasta 2º Carne con Legumbres y Lácteos 1º Verdura 2º Pescado con Patatas y Fruta	21 1º Verdura 2º Pescado con Legumbres y Lácteos 1º Arroz 2º Huevos con Verdura y Lácteos	VE: 2060/493 GT: 11 GS: 3 HC: 79 AZ: 15 PROT: 22 SAL: 1
22 MENÚ COMPLETO Puré de patatas, calabacín y zanahorias con lentejas Fruta del tiempo triturada y pan (*) 1º Verdura 2º Pescado con Verdura y Lácteos	23 MENÚ COMPLETO Crema de calabacín con lomo Yogur y pan integral (*) 1º Pasta 2º Carne con Verdura y Fruta	24 VACACIONES DE NAVIDAD 1º Verdura 2º Huevos con Patatas y Lácteos (*) 1º Arroz 2º Carne con Verdura y Lácteos	25 VACACIONES DE NAVIDAD 1º Verdura 2º Carne con Patatas y Lácteos (*) 1º Legumbres 2º Pescado con Verdura y Fruta	26 MENÚ COMPLETO Crema de arroz con verduras y pavo Fruta del tiempo triturada y pan integral (*) 1º Verdura 2º Pescado con Verdura y Fruta	27 1º Verdura 2º Carne con Legumbres y Lácteos 1º Pasta 2º Huevos con Verdura y Lácteos	28 1º Verdura 2º Pescado con Legumbres y Lácteos 1º Patatas 2º Carne con Verdura y Fruta	VE: 2383/570 GT: 13 GS: 2 HC: 93 AZ: 18 PROT: 22 SAL: 1
29 MENÚ COMPLETO Puré de verduras con pollo Fruta del tiempo triturada y pan (*) 1º Arroz 2º Pescado con Verdura y Lácteos	30 MENÚ COMPLETO Crema de calabacín con merluza Yogur y pan integral (*) 1º Pasta 2º Carne con Verdura y Fruta	31 VACACIONES DE NAVIDAD 1º Legumbres 2º Huevos con Verdura y Lácteos (*) 1º Verdura 2º Pescado con Pasta y Fruta					VE: 1645/394 GT: 5 GS: 2 HC: 70 AZ: 17 PROT: 21 SAL: 1

(*) Recomendación cena (**) Recomendación comida // A partir de 18 meses

VISITA NUESTRA WEB: WWW.ELGUSTODECRECER.ES