

Menú Guadalajara Diciembre 2025

Sin Carne - - CEIP la Arboleda de Pioz

Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes
1 Arroz con Tomate Varitas de Pescado Ensalada de Lechuga y Zanahoria Pan y Agua Fruta de Temporada Verdura + Legumbre + Lácteo Cena: Verdura + Legumbre + Lácteo	2 Judías Blancas Estofadas con Verduras Tortilla Francesa con Queso Tomate Aliñado con AOVE Pan y Agua Fruta de Temporada Patata + Pescado + Fruta Cena: Patata + Pescado + Fruta	3 Crema de Verduras ECO Merluza al Horno Patatas Dado Pan Integral y Agua Fruta de Temporada Arroz + Huevo + Lácteo Cena: Arroz + Huevo + Lácteo	4 Sopa de Fideos Garbanzos Estofados con Verduras Pan y Agua Fruta de Temporada Verdura + Pescado + Fruta Cena: Verdura + Pescado + Fruta	 5 Coliflor en ajada Macarrones con Atún Ensalada de Lechuga y Maíz Pan y Agua Fruta de Temporada y Yogur Verdura + Patata + Fruta Cena: Verdura + Patata + Fruta
8 	9 Lentejas Castellanas Tortilla de Patata con Cebolla. Ensalada de Lechuga y Tomate Pan y Agua Fruta de Temporada Patata + Pescado + Lácteo Cena: Patata + Pescado + Lácteo	10 Crema de Zanahoria ECO Caballa en Aceite Patatas Panadera Pan Integral y Agua Fruta de Temporada Verdura + Huevo + Fruta Cena: Verdura + Huevo + Fruta	11 Espirales con salsa al Pepe Merluza al Horno Zanahoria Rehogada Pan y Agua Fruta de Temporada Verdura + Legumbre + Lácteo Cena: Verdura + Legumbre + Lácteo	12 Garbanzos Estofados con Verduras Tortilla Francesa Ensalada de Lechuga y Maíz Pan y Agua Fruta de Temporada y Yogur Pasta + Pescado + Fruta Cena: Pasta + Pescado + Fruta
15 Sopa de Pescado Arroz a la Cubana (con huevo cocido) Ensalada de Lechuga y Maíz Pan y Agua Fruta de Temporada Verdura + Pescado + Lácteo Cena: Verdura + Pescado + Lácteo	16 Sopa de Fideos Garbanzos Estofados con Verduras Pan y Agua Fruta de Temporada Verdura + Huevo + Fruta Cena: Verdura + Huevo + Fruta	17 Macarrones con Tomate Caballa en Aceite Ensalada de Lechuga Pan Integral y Agua Fruta de Temporada Patata + Verdura + Fruta Cena: Patata + Verdura + Fruta	18 Lentejas Estofadas con Verduras Tortilla de Patata con Cebolla. Ensalada de Lechuga y Tomate Pan y Agua Fruta de Temporada Arroz + Verdura + Lácteo Cena: Arroz + Verdura + Lácteo	19 Ensalada Mixta Varitas de Pescado Patatas Chips Pan y Agua Postre especial Verdura + Huevo + Fruta Cena: Verdura + Huevo + Fruta

mediterráneas

VALORACIÓN NUTRICIONAL: Energía: Kcal, Lipidos: g, Proteínas: g, Hidratos de Carbono: g
 FRUTA VARIADA Y DE TEMPORADA (Manzana, pera, naranja, mandarina y plátano)

R.D. 1169/2011 La información relativa a los alérgenos de nuestros platos, se encuentra en el Centro. Cualquier duda al respecto, nuestro personal le atenderá.

Menú Guadalajara Diciembre 2025

Sin Gluten - - CEIP la Arboleda de Pioz

Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes
<p>1 Arroz con Tomate Caballa en Aceite Ensalada de Lechuga y Zanahoria Pan Sin Gluten y Agua Fruta de Temporada Verdura + Carne + Lácteo Cena: Verdura + Carne + Lácteo</p>	<p>2 Judías Blancas Estofadas con Verduras Tortilla Francesa con Queso Tomate Aliñado con AOVE Pan Sin Gluten y Agua Fruta de Temporada Patata + Pescado + Fruta Cena: Patata + Pescado + Fruta</p>	<p>3 Crema de Verduras ECO Pollo Asado Patatas Dado Pan Sin Gluten y Agua Fruta de Temporada Arroz + Huevo + Lácteo Cena: Arroz + Huevo + Lácteo</p>	<p>4 Sopa de Cocido (Pasta Sin Gluten) Cocido Completo Pan Sin Gluten y Agua Fruta de Temporada Verdura + Pescado + Fruta Cena: Verdura + Pescado + Fruta</p>	<p>5 Coliflor en ajada Pasta Sin Gluten con Atún Ensalada de Lechuga y Maíz Pan Sin Gluten y Agua Fruta de Temporada y Yogur Patata + Ave + Fruta Cena: Patata + Ave + Fruta</p>
<p>8</p>  <p>FESTIVO</p>	<p>9 Coliflor a la Gallega Tortilla de Patata con Cebolla. Ensalada de Lechuga y Tomate Pan Sin Gluten y Agua Fruta de Temporada Patata + Pescado + Lácteo Cena: Patata + Pescado + Lácteo</p>	<p>10 Crema de Zanahoria ECO Pollo al Ajillo Patatas Panadera Pan Sin Gluten y Agua Fruta de Temporada Verdura + Huevo + Fruta Cena: Verdura + Huevo + Fruta</p>	<p>11 Pasta s/glut ni huevo con salsa al Pepe Merluza al Horno Zanahoria Rehogada Pan Sin Gluten y Agua Fruta de Temporada Verdura + Carne + Lácteo Cena: Verdura + Carne + Lácteo</p>	<p>12 Garbanzos Estofados con Verduras Cinta de Lomo Fresca al Horno Ensalada de Lechuga y Maíz Pan Sin Gluten y Agua Fruta de Temporada y Yogur Pasta + Pescado + Fruta Cena: Pasta + Pescado + Fruta</p>
<p>15 Sopa de Pescado (pasta s/gluten ni huevo) Arroz a la Cubana (con salchicha y huevo cocido) Ensalada de Lechuga y Maíz Pan Sin Gluten y Agua Fruta de Temporada Verdura + Pescado + Lácteo Cena: Verdura + Pescado + Lácteo</p>	<p>16 Sopa de Cocido (Pasta Sin Gluten) Cocido Completo Pan Sin Gluten y Agua Fruta de Temporada Verdura + Huevo + Fruta Cena: Verdura + Huevo + Fruta</p>	<p>17 Pasta Sin Gluten con Tomate Caballa en Aceite Ensalada de Lechuga Pan Sin Gluten y Agua Fruta de Temporada Verdura + Carne + Fruta Cena: Verdura + Carne + Fruta</p>	<p>18 Crema de Verduras ECO Tortilla de Patata con Cebolla. Ensalada de Lechuga y Tomate Pan Sin Gluten y Agua Fruta de Temporada Arroz + Ave + Lácteo Cena: Arroz + Ave + Lácteo</p>	<p>19 Ensalada Mixta Salchichas de Pavo al Horno Patatas Chips Pan Sin Gluten y Agua Postre especial Verdura + Pescado + Fruta Cena: Verdura + Pescado + Fruta</p>

mediterránea

VALORACIÓN NUTRICIONAL: Energía: Kcal, Lipidos: g, Proteínas: g, Hidratos de Carbono: g

FRUTA VARIADA Y DE TEMPORADA (Manzana, pera, naranja, mandarina y plátano)

R.D. 1169/2011 La información relativa a los alérgenos de nuestros platos, se encuentra en el Centro. Cualquier duda al respecto, nuestro personal le atenderá.

Menú Guadalajara Diciembre 2025

Sin Lactosa - - CEIP la Arboleda de Pioz

Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes
1 Arroz con Tomate Varitas de Pescado Ensalada de Lechuga y Zanahoria Pan y Agua Fruta de Temporada Verdura + Carne + Fruta Cena: Verdura + Carne + Fruta	2 Judías Blancas Estofadas con Verduras Tortilla Francesa Tomate Aliñado con AOVE Pan y Agua Fruta de Temporada Patata + Pescado + Fruta Cena: Patata + Pescado + Fruta	3 Crema de Verduras ECO Pollo Asado Patatas Dado Pan Integral y Agua Fruta de Temporada Arroz + Huevo + Fruta Cena: Arroz + Huevo + Fruta	4 Sopa de Cocido Cocido Completo Pan y Agua Fruta de Temporada Verdura + Pescado + Fruta Cena: Verdura + Pescado + Fruta	5 Coliflor en ajada Macarrones con Atún Ensalada de Lechuga y Maíz Pan y Agua Fruta de Temporada y Yogur de Soja Patata + Ave + Fruta Cena: Patata + Ave + Fruta
8  FESTIVO	9 Lentejas Castellanas Tortilla de Patata con Cebolla. Ensalada de Lechuga y Tomate Pan y Agua Fruta de Temporada Patata + Pescado + Fruta Cena: Patata + Pescado + Fruta	10 Crema de Zanahoria ECO Pollo al Ajillo Patatas Panadera Pan Integral y Agua Fruta de Temporada Verdura + Huevo + Fruta Cena: Verdura + Huevo + Fruta	11 Pasta al Ajillo Merluza al Horno Zanahoria Rehogada Pan y Agua Fruta de Temporada Verdura + Carne + Fruta Cena: Verdura + Carne + Fruta	12 Garbanzos Estofados con Verduras Cinta de Lomo Fresca al Horno Ensalada de Lechuga y Maíz Pan y Agua Fruta de Temporada y Yogur de Soja Pasta + Pescado + Fruta Cena: Pasta + Pescado + Fruta
15 Sopa de Pescado Arroz a la Cubana (con salchicha y huevo cocido) Ensalada de Lechuga y Maíz Pan y Agua Fruta de Temporada Verdura + Pescado + Fruta Cena: Verdura + Pescado + Fruta	16 Sopa de Cocido Cocido Completo Pan y Agua Fruta de Temporada Verdura + Huevo + Fruta Cena: Verdura + Huevo + Fruta	17 Macarrones con Tomate Caballa en Aceite Ensalada de Lechuga Pan Integral y Agua Fruta de Temporada Verdura + Carne + Fruta Cena: Verdura + Carne + Fruta	18 Lentejas Estofadas con Verduras Tortilla de Patata con Cebolla. Ensalada de Lechuga y Tomate Pan y Agua Fruta de Temporada Arroz + Ave + Fruta Cena: Arroz + Ave + Fruta	19 Ensalada Mixta Salchichas de Pavo al Horno Patatas Chips Pan y Agua Yogur de Soja Verdura + Pescado + Fruta Cena: Verdura + Pescado + Fruta

mediterráneas

VALORACIÓN NUTRICIONAL: Energía: Kcal. Lipidos: g, Proteínas: g, Hidratos de Carbono: g

FRUTA VARIADA Y DE TEMPORADA (Manzana, pera, naranja, mandarina y plátano)

R.D. 1169/2011 La información relativa a los alérgenos de nuestros platos, se encuentra en el Centro. Cualquier duda al respecto, nuestro personal le atenderá.

Menú Guadalajara Diciembre 2025

Sin Pescado - - CEIP la Arboleda de Pioz

Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes
<p>1 Arroz con Tomate Cinta de Lomo Fresca al Horno Ensalada de Lechuga y Zanahoria Pan y Agua Fruta de Temporada Verdura + Ave + Lácteo Cena: Verdura + Ave + Lácteo</p>	<p>2 Judías Blancas Estofadas con Verduras Tortilla Francesa con Queso Tomate Aliñado con AOVE Pan y Agua Fruta de Temporada Patata + Carne + Fruta Cena: Patata + Carne + Fruta</p>	<p>3 Crema de Verduras ECO Pollo Asado Patatas Dado Pan Integral y Agua Fruta de Temporada Arroz + Huevo + Lácteo Cena: Arroz + Huevo + Lácteo</p>	<p>4 Sopa de Cocido Cocido Completo Pan y Agua Fruta de Temporada Patata + Verdura + Fruta Cena: Patata + Verdura + Fruta</p>	<p>5 Coliflor en ajada Macarrones con Chorizo Ensalada de Lechuga y Maíz Pan y Agua Fruta de Temporada y Yogur Patata + Ave + Fruta Cena: Patata + Ave + Fruta</p>
<p>8</p> 	<p>9 Lentejas Castellanas Tortilla de Patata con Cebolla. Ensalada de Lechuga y Tomate Pan y Agua Fruta de Temporada Patata + Carne + Lácteo Cena: Patata + Carne + Lácteo</p>	<p>10 Crema de Zanahoria ECO Pollo al Ajillo Patatas Panadera Pan Integral y Agua Fruta de Temporada Verdura + Huevo + Fruta Cena: Verdura + Huevo + Fruta</p>	<p>11 Espirales con salsa al Pepe Cinta de Lomo Fresca al Horno Zanahoria Rehogada Pan y Agua Fruta de Temporada Verdura + Ave + Lácteo Cena: Verdura + Ave + Lácteo</p>	<p>12 Garbanzos Estofados con Verduras Tortilla Francesa Ensalada de Lechuga y Maíz Pan y Agua Fruta de Temporada y Yogur Pasta + Pescado + Fruta Cena: Pasta + Pescado + Fruta</p>
<p>15 Crema de Calabacín ECO Arroz a la Cubana (con salchicha y huevo cocido) Ensalada de Lechuga y Maíz Pan y Agua Fruta de Temporada Verdura + Carne + Lácteo Cena: Verdura + Carne + Lácteo</p>	<p>16 Sopa de Cocido Cocido Completo Pan y Agua Fruta de Temporada Verdura + Huevo + Fruta Cena: Verdura + Huevo + Fruta</p>	<p>17 Macarrones con Tomate Cinta de Lomo Fresca al Horno Ensalada de Lechuga Pan Integral y Agua Fruta de Temporada Verdura + Ave + Fruta Cena: Verdura + Ave + Fruta</p>	<p>18 Lentejas Estofadas con Verduras Tortilla de Patata con Cebolla. Ensalada de Lechuga y Tomate Pan y Agua Fruta de Temporada Arroz + Verdura + Lácteo Cena: Arroz + Verdura + Lácteo</p>	<p>19 Ensalada Mixta Sin Atún Salchichas de Pavo al Horno Patatas Chips Pan y Agua Postre especial Verdura + Huevo + Fruta Cena: Verdura + Huevo + Fruta</p>

mediterránea

VALORACIÓN NUTRICIONAL: Energía: Kcal. Lipidos: g, Proteínas: g, Hidratos de Carbono: g

FRUTA VARIADA Y DE TEMPORADA (Manzana, pera, naranja, mandarina y plátano)

R.D. 1169/2011 La información relativa a los alérgenos de nuestros platos, se encuentra en el Centro. Cualquier duda al respecto, nuestro personal le atenderá.

Menú Guadalajara Diciembre 2025

Sin Huevo ni Lactosa - - CEP la Arboleda de Pioz

Lunes

- 1** Arroz con Tomate
Varitas de Pescado
Ensalada de Lechuga y Zanahoria
Pan y Agua
Fruta de Temporada
Verdura + Carne + Lácteo



FESTIVO

Cena: Verdura + Carne + Lácteo

8

Martes

- 2** Judías Blancas Estofadas con Verduras
Cinta de Lomo Fresca al Horno
Tomate Aliñado con AOVE
Pan y Agua
Fruta de Temporada
Patata + Pescado + Fruta

Cena: Patata + Pescado + Fruta

9

- Lentejas Castellanas
Salchichas de Pavo al Horno
Ensalada de Lechuga y Tomate
Pan y Agua
Fruta de Temporada
Patata + Pescado + Lácteo

Cena: Patata + Pescado + Lácteo

- 15** Sopa de Pescado (pasta s/gluten ni huevo)
Arroz a la Cubana (con salchicha, sin huevo)

- Ensalada de Lechuga y Maíz
Pan y Agua
Fruta de Temporada
Verdura + Pescado + Lácteo

Cena: Verdura + Pescado + Lácteo

16

- Sopa de Cocido (Pasta Sin Huevo)
Cocido Completo

Cena: Verdura + Ave + Fruta

Miércoles

- 3** Crema de Verduras ECO
Pollo Asado
Patatas Dado
Pan Integral y Agua
Fruta de Temporada
Arroz + Verdura + Lácteo

Cena: Arroz + Verdura + Lácteo

10

- Crema de Zanahoria ECO
Pollo al Ajillo
Patatas Panadera
Pan Integral y Agua
Fruta de Temporada
Verdura + Carne + Fruta

Cena: Verdura + Carne + Fruta

17

- Pasta Sin Huevo con Tomate
Caballa en Aceite
Ensalada de Lechuga
Pan Integral y Agua
Fruta de Temporada
Verdura + Carne + Fruta

Cena: Verdura + Carne + Fruta

Jueves

- 4** Sopa de Cocido (Pasta Sin Huevo)
Cocido Completo

- Pan y Agua
Fruta de Temporada
Verdura + Pescado + Fruta

Cena: Verdura + Pescado + Fruta

11

- Pasta Sin Huevo al Ajillo
Merluza al Horno
Zanahoria Rehogada
Pan y Agua
Fruta de Temporada
Verdura + Ave + Lácteo

Cena: Verdura + Ave + Lácteo

18

- Lentejas Estofadas con Verduras
Filete de Pollo al Horno
Ensalada de Lechuga y Tomate
Pan y Agua
Fruta de Temporada
Arroz + Ave + Lácteo

Cena: Arroz + Ave + Lácteo

Viernes

- 5** Coliflor en ajada
Pasta Sin Huevo con Atún
Ensalada de Lechuga y Maíz
Pan y Agua
Fruta de Temporada y Yogur de Soja
Patata + Ave + Fruta

Cena: Patata + Ave + Fruta

12

- Garbanzos Estofados con Verduras
Cinta de Lomo Fresca al Horno
Ensalada de Lechuga y Maíz
Pan y Agua
Fruta de Temporada y Yogur de Soja
Pasta + Pescado + Fruta

Cena: Pasta + Pescado + Fruta

19

- Ensalada Mixta
Salchichas de Pavo al Horno
Patatas Chips
Pan y Agua
Yogur de Soja
Verdura + Pescado + Fruta

Cena: Verdura + Pescado + Fruta

mediterránea

VALORACIÓN NUTRICIONAL: Energía: Kcal, Lipidos: g, Proteínas: g, Hidratos de Carbono: g
FRUTA VARIADA Y DE TEMPORADA (Manzana, pera, naranja, mandarina y plátano)

R.D. 1169/2011 La información relativa a los alérgenos de nuestros platos, se encuentra en el Centro. Cualquier duda al respecto, nuestro personal le atenderá.