

Menú Toledo in situ Noviembre 2025

Sin Cerdo - - Colegio Peñamiel (Sonseca)

Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes
3 Coliflor a la Gallega Macarrones Boloñesa de Ternera Ensalada de Lechuga y Zanahoria Pan y Agua Fruta de Temporada	4 Judías Blancas Estofadas con Verduras Tortilla Francesa Ensalada de Lechuga y Tomate Pan y Agua Fruta de Temporada	5 Arroz a Banda Caballa en Aceite Ensalada de Lechuga y Maíz Pan Integral y Agua Fruta de Temporada	6 Sopa de Fideos Cocido Sin Cerdo Pan y Agua Fruta de Temporada	7 Crema de Calabacín ECO Merluza a la Andaluza Tomate Aliñado con AOVE Pan y Agua Fruta de Temporada y Yogur
Cena: Arroz + Pescado + Lácteo 10 Lentejas Estofadas con Verduras Tortilla de Patata con Cebolla. Ensalada de Lechuga y Zanahoria Pan y Agua Fruta de Temporada	Cena: Patata + Carne + Fruta 11 Judías Verdes con Tomate Salchichas de Pavo al Horno Patatas Panadera Pan y Agua Fruta de Temporada	Cena: Verdura + Huevo + Lácteo 12 Crema de Calabaza ECO Filete de Pollo al Horno Zanahoria Rehogada Pan Integral y Agua Fruta de Temporada	Cena: Verdura + Pescado + Fruta 13 Coditos al Gratén Delicias de Bacalao Ensalada de Lechuga y Tomate Pan y Agua Fruta de Temporada	Cena: Arroz + Ave + Fruta 14  FESTIVO
Cena: Arroz + Pescado + Fruta 17 Lentejas Castellanas Tortilla Francesa Ensalada de Lechuga y Tomate Pan y Agua Fruta de Temporada	Cena: Verdura + Huevo + Lácteo 18 Crema de Zanahoria ECO Pollo Asado Patatas Dado Pan y Agua Fruta de Temporada	Cena: Patata + Pescado + Fruta 19 Paella de Verduras Merluza a la Bilbaína Pimientos Asados Pan Integral y Agua Fruta de Temporada	Cena: Verdura + Carne + Lácteo 20 Sopa de Fideos Cocido Sin Cerdo Pan y Agua Fruta de Temporada	Cena: Arroz + Ave + Fruta 21 Guiso de Menestra Espirales con Atún Ensalada de Lechuga y Zanahoria Pan y Agua Fruta de Temporada y Yogur
Cena: Verdura + Carne + Lácteo 24 Coditos con Tomate Tortilla de Patata con Cebolla. Ensalada de Lechuga y Maíz Pan y Agua Fruta de Temporada	Cena: Pasta + Pescado + Fruta 25 Crema de Verduras ECO Pollo Asado Arroz Pilaf Pan y Agua Fruta de Temporada	Cena: Verdura + Ave + Fruta 26 Garbanzos Encebollados Merluza al Horno Patatas Panadera Pan Integral y Agua Fruta de Temporada	Cena: Verdura + Pescado + Lácteo 27 Arroz con Tomate Escalope de Pollo Ensalada de Lechuga y Zanahoria Pan y Agua Fruta de Temporada	Cena: Patata + Huevo + Fruta 28 Lentejas Estofadas con Verduras Salmón al Horno Tomate Aliñado con AOVE Pan y Agua Fruta de Temporada
Cena: Verdura + Pescado + Lácteo	Cena: Patata + Huevo + Fruta	Cena: Verdura + Carne + Fruta	Cena: Verdura + Pescado + Lácteo	Cena: Arroz + Ave + Fruta

mediterránea

VALORACIÓN NUTRICIONAL: Energía: Kcal, Lípidos: 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 Toledo in situ Noviembre 2025

Sin Carne - - Colegio Peñamiel (Sonseca)

Lunes

- 3
- Coliflor a la Gallega
Macarrones con Tomate
Ensalada de Lechuga y Zanahoria
Pan y Agua
Fruta de Temporada

Martes

- 4
- Judías Blancas Estofadas con Verduras
Tortilla Francesa
Ensalada de Lechuga y Tomate
Pan y Agua
Fruta de Temporada

Miércoles

- 5
- Arroz a Banda
Caballa en Aceite
Ensalada de Lechuga y Maíz
Pan Integral y Agua
Fruta de Temporada

Jueves

- 6
- Sopa de Fideos
Garbanzos Estofados con Verduras

Pan y Agua
Fruta de Temporada

Viernes

- 7
- Crema de Calabacín ECO
Merluza a la Andaluza
Tomate Aliñado con AOVE
Pan y Agua
Fruta de Temporada y Yogur

Cena: Arroz + Pescado + Lácteo

- 10
- Lentejas Estofadas con Verduras
Tortilla de Patata con Cebolla.
Ensalada de Lechuga y Zanahoria
Pan y Agua
Fruta de Temporada

Cena: Verdura + Patata + Fruta

- 11
- Judías Verdes con Tomate
Merluza al Horno
Patatas Panadera
Pan y Agua
Fruta de Temporada

Cena: Verdura + Huevo + Lácteo

- 12
- Crema de Calabaza ECO
Tortilla Francesa
Zanahoria Rehogada
Pan Integral y Agua
Fruta de Temporada

Cena: Verdura + Pescado + Fruta

- 13
- Coditos al Gratén
Delicias de Bacalao
Ensalada de Lechuga y Tomate
Pan y Agua
Fruta de Temporada

Cena: Arroz + Verdura + Fruta



Cena: Arroz + Pescado + Fruta

- 17
- Lentejas Castellanas
Tortilla Francesa
Ensalada de Lechuga y Tomate
Pan y Agua
Fruta de Temporada

Cena: Verdura + Huevo + Lácteo

- 18
- Crema de Zanahoria ECO
Salmón al Horno
Patatas Dado
Pan y Agua
Fruta de Temporada

Cena: Patata + Pescado + Fruta

- 19
- Paella de Verduras
Merluza a la Bilbaína
Pimientos Asados
Pan Integral y Agua
Fruta de Temporada

Cena: Verdura + Legumbre + Lácteo

- 20
- Sopa de Fideos
Garbanzos Estofados con Verduras

Pan y Agua
Fruta de Temporada

- 21
- Guiso de Menestra
Espirales con Atún
Ensalada de Lechuga y Zanahoria
Pan y Agua
Fruta de Temporada y Yogur

Cena: Verdura + Pescado + Lácteo

- 24
- Coditos con Tomate
Tortilla de Patata con Cebolla.
Ensalada de Lechuga y Maíz
Pan y Agua
Fruta de Temporada

Cena: Pasta + Verdura + Fruta

- 25
- Crema de Verduras ECO
Caballa en Aceite
Arroz Pilaf
Pan y Agua
Fruta de Temporada

Cena: Verdura + Legumbre + Fruta

- 26
- Garbanzos Encebollados
Merluza al Horno
Patatas Panadera
Pan Integral y Agua
Fruta de Temporada

Cena: Verdura + Pescado + Lácteo

- 27
- Arroz con Tomate
Tortilla Francesa
Ensalada de Lechuga y Zanahoria
Pan y Agua
Fruta de Temporada

Cena: Patata + Huevo + Fruta

- 28
- Lentejas Estofadas con Verduras
Salmón al Horno
Tomate Aliñado con AOVE
Pan y Agua
Fruta de Temporada

Cena: Verdura + Pescado + Lácteo

Cena: Patata + Huevo + Fruta

Cena: Pasta + Verdura + Fruta

Cena: Verdura + Pescado + Lácteo

Cena: Arroz + Verdura + Fruta

mediterránea

VALORACIÓN NUTRICIONAL: Energía: Kcal, Lípidos: 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.

Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes
3 Coliflor a la Gallega Macarrones Boloñesa de Ternera Ensalada de Lechuga y Zanahoria Pan y Agua Fruta de Temporada	4 Judías Blancas Estofadas con Verduras Tortilla Francesa Ensalada de Lechuga y Tomate Pan y Agua Fruta de Temporada	5 Arroz a Banda Caballa en Aceite Ensalada de Lechuga y Maíz Pan Integral y Agua Fruta de Temporada	6 Sopa de Cocido Cocido Completo Pan y Agua Fruta de Temporada	7 Crema de Calabacín ECO Merluza a la Andaluza Tomate Aliñado con AOVE Pan y Agua Fruta de Temporada y Yogur
Cena: Arroz + Pescado + Lácteo 10 Lentejas Estofadas con Verduras Tortilla de Patata con Cebolla. Ensalada de Lechuga y Zanahoria Pan y Agua Fruta de Temporada	Cena: Patata + Carne + Fruta 11 Judías Verdes con Tomate Lomo al Ajillo Patatas Panadera Pan y Agua Fruta de Temporada	Cena: Verdura + Huevo + Lácteo 12 Crema de Calabaza ECO Albóndigas de Pollo en Salsa Zanahoria ECO en Guiso Pan Integral y Agua Fruta de Temporada	Cena: Verdura + Pescado + Fruta 13 Coditos al Gratén Delicias de Bacalao Ensalada de Lechuga y Tomate Pan y Agua Fruta de Temporada	Cena: Arroz + Ave + Fruta 14  FESTIVO
Cena: Arroz + Pescado + Fruta 17 Lentejas Castellanas Tortilla Francesa Ensalada de Lechuga y Tomate Pan y Agua Fruta de Temporada	Cena: Verdura + Huevo + Lácteo 18 Crema de Zanahoria ECO Pollo Asado Patatas Dado Pan y Agua Fruta de Temporada	Cena: Patata + Pescado + Fruta 19 Paella de Verduras Merluza a la Bilbaína Pimientos Asados Pan Integral y Agua Fruta de Temporada	Cena: Verdura + Carne + Lácteo 20 Sopa de Cocido Cocido Completo Pan y Agua Fruta de Temporada	Cena: Arroz + Ave + Fruta 21 Guiso de Menestra Espirales con Atún Ensalada de Lechuga y Zanahoria Pan y Agua Fruta de Temporada y Yogur
Cena: Verdura + Carne + Lácteo 24 Coditos con Tomate Tortilla de Patata con Cebolla. Ensalada de Lechuga y Maíz Pan y Agua Fruta de Temporada	Cena: Pasta + Pescado + Fruta 25 Crema de Verduras ECO Magro de Cerdo con Tomate Arroz Pilaf Pan y Agua Fruta de Temporada	Cena: Verdura + Ave + Fruta 26 Garbanzos Encebollados Merluza al Horno Patatas Panadera Pan Integral y Agua Fruta de Temporada	Cena: Verdura + Pescado + Lácteo 27 Arroz con Tomate Escalope de Pollo Ensalada de Lechuga y Zanahoria Pan y Agua Fruta de Temporada	Cena: Patata + Huevo + Fruta 28 Lentejas Estofadas con Verduras Salmón al Horno Tomate Aliñado con AOVE Pan y Agua Fruta de Temporada
Cena: Verdura + Pescado + Lácteo	Cena: Patata + Huevo + Fruta	Cena: Verdura + Carne + Fruta	Cena: Verdura + Pescado + Lácteo	Cena: Arroz + Ave + Fruta

mediterránea

VALORACIÓN NUTRICIONAL: Energía: Kcal, Lípidos: 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.

Lunes

3 Coliflor a la Gallega
Pasta Sin Huevo Boloñesa
Ensalada de Lechuga y Zanahoria
Pan y Agua
Fruta de Temporada

Cena: Arroz + Pescado + Lácteo

10 Lentejas Estofadas con Verduras
Filete de Pollo al Horno
Ensalada de Lechuga y Zanahoria
Pan y Agua
Fruta de Temporada

Cena: Arroz + Pescado + Fruta

17 Lentejas Castellanas
Cinta de Lomo Fresca al Horno
Ensalada de Lechuga y Tomate
Pan y Agua
Fruta de Temporada

Cena: Verdura + Carne + Lácteo

24 Pasta Sin Huevo con Tomate
Filete de Pollo al Horno
Ensalada de Lechuga y Maíz
Pan y Agua
Fruta de Temporada

Cena: Verdura + Pescado + Lácteo

Martes

4 Judías Blancas Estofadas con Verduras
Filete de Pollo al Horno
Ensalada de Lechuga y Tomate
Pan y Agua
Fruta de Temporada

Cena: Patata + Carne + Fruta

11 Judías Verdes con Tomate
Lomo al Ajillo
Patatas Panadera
Pan y Agua
Fruta de Temporada

Cena: Verdura + Ave + Lácteo

18 Crema de Zanahoria ECO
Pollo Asado
Patatas Dado
Pan y Agua
Fruta de Temporada

Cena: Pasta + Pescado + Fruta

25 Crema de Verduras ECO
Magro de Cerdo con Tomate
Arroz Pilaf
Pan y Agua
Fruta de Temporada

Cena: Patata + Ave + Fruta

Miércoles

5 Arroz a Banda
Caballa en Aceite
Ensalada de Lechuga y Maíz
Pan Integral y Agua
Fruta de Temporada

Cena: Verdura + Ave + Lácteo

12 Crema de Calabaza ECO
Albóndigas de Pollo en Salsa
Zanahoria ECO en Guiso
Pan Integral y Agua
Fruta de Temporada

Cena: Patata + Pescado + Fruta

19 Paella de Verduras
Merluza a la Bilbaína
Pimientos Asados
Pan Integral y Agua
Fruta de Temporada

Cena: Verdura + Ave + Fruta

26 Garbanzos Encebollados
Merluza al Horno
Patatas Panadera
Pan Integral y Agua
Fruta de Temporada

Cena: Verdura + Carne + Fruta

Jueves

6 Sopa de Cocido (Pasta Sin Huevo)
Cocido Completo
Pan y Agua
Fruta de Temporada

Cena: Verdura + Pescado + Fruta

13 Pasta Sin Huevo al Gratén
Merluza al Horno
Ensalada de Lechuga y Tomate
Pan y Agua
Fruta de Temporada

Cena: Verdura + Carne + Lácteo

20 Sopa de Cocido (Pasta Sin Huevo)
Cocido Completo
Pan y Agua
Fruta de Temporada

Cena: Verdura + Pescado + Lácteo

27 Arroz con Tomate
Escalope de Pollo
Ensalada de Lechuga y Zanahoria
Pan y Agua
Fruta de Temporada

Cena: Verdura + Pescado + Lácteo

Viernes

7 Crema de Calabacín ECO
Merluza a la Andaluza
Tomate Aliñado con AOVE
Pan y Agua
Fruta de Temporada y Yogur

Cena: Arroz + Ave + Fruta



21 Guiso de Menestra
Pasta Sin Huevo con Atún
Ensalada de Lechuga y Zanahoria
Pan y Agua
Fruta de Temporada y Yogur

Cena: Patata + Carne + Fruta

28 Lentejas Estofadas con Verduras
Salmón al Horno
Tomate Aliñado con AOVE
Pan y Agua
Fruta de Temporada

Cena: Arroz + Ave + Fruta

mediterránea

VALORACIÓN NUTRICIONAL: Energía: Kcal, Lípidos: 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.

Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes
3 Coliflor a la Gallega Macarrones Boloñesa de Ternera Ensalada de Lechuga y Zanahoria Pan y Agua Fruta de Temporada	4 Judías Blancas Estofadas con Verduras Tortilla Francesa Ensalada de Lechuga y Tomate Pan y Agua Fruta de Temporada	5 Arroz con Tomate Caballa en Aceite Ensalada de Lechuga y Maíz Pan Integral y Agua Fruta de Temporada	6 Sopa de Cocido Cocido Completo Pan y Agua Fruta de Temporada	7 Crema de Calabacín ECO Cinta de Lomo Adobado al Horno Tomate Aliñado con AOVE Pan y Agua Fruta de Temporada y Yogur
10 Cena: Arroz + Pescado + Lácteo Lentejas Estofadas con Verduras Tortilla de Patata con Cebolla. Ensalada de Lechuga y Zanahoria Pan y Agua Fruta de Temporada	11 Cena: Patata + Carne + Fruta Judías Verdes con Tomate Lomo al Ajillo Patatas Panadera Pan y Agua Fruta de Temporada	12 Cena: Verdura + Huevo + Lácteo Crema de Calabaza ECO Albóndigas de Pollo en Salsa Zanahoria ECO en Guiso Pan Integral y Agua Fruta de Temporada	13 Cena: Verdura + Pescado + Fruta Coditos al Gratén Tortilla Francesa Ensalada de Lechuga y Tomate Pan y Agua Fruta de Temporada	14  FESTIVO
17 Cena: Arroz + Pescado + Fruta Lentejas Castellanas Tortilla Francesa Ensalada de Lechuga y Tomate Pan y Agua Fruta de Temporada	18 Cena: Verdura + Huevo + Lácteo Crema de Zanahoria ECO Pollo Asado Patatas Dado Pan y Agua Fruta de Temporada	19 Cena: Patata + Pescado + Fruta Paella de Verduras Caballa en Aceite Pimientos Asados Pan Integral y Agua Fruta de Temporada	20 Cena: Verdura + Carne + Lácteo Sopa de Cocido Cocido Completo Pan y Agua Fruta de Temporada	21 Guiso de Menestra Espirales con Atún Ensalada de Lechuga y Zanahoria Pan y Agua Fruta de Temporada y Yogur
24 Cena: Verdura + Carne + Lácteo Coditos con Tomate Tortilla de Patata con Cebolla. Ensalada de Lechuga y Maíz Pan y Agua Fruta de Temporada	25 Cena: Pasta + Pescado + Fruta Crema de Verduras ECO Magro de Cerdo con Tomate Arroz Pilaf Pan y Agua Fruta de Temporada	26 Cena: Verdura + Ave + Fruta Garbanzos Encebollados Salchichas de Pavo al Horno Patatas Panadera Pan Integral y Agua Fruta de Temporada	27 Cena: Verdura + Pescado + Lácteo Arroz con Tomate Escalope de Pollo Ensalada de Lechuga y Zanahoria Pan y Agua Fruta de Temporada	28 Cena: Patata + Huevo + Fruta Lentejas Estofadas con Verduras Salmón al Horno Tomate Aliñado con AOVE Pan y Agua Fruta de Temporada
Cena: Verdura + Pescado + Lácteo	Cena: Patata + Huevo + Fruta	Cena: Verdura + Carne + Fruta	Cena: Verdura + Pescado + Lácteo	Cena: Arroz + Ave + Fruta

mediterránea

Menú Toledo in situ Noviembre 2025

Sin Leche ni derivados ni Pescado - - Colegio Peñamiel (Sonseca)

Lunes

3 Coliflor a la Gallega
Macarrones con Tomate
Ensalada de Lechuga y Zanahoria
Pan y Agua
Fruta de Temporada

Cena: Arroz + Verdura + Lácteo

10 Lentejas Estofadas con Verduras
Tortilla de Patata con Cebolla.
Ensalada de Lechuga y Zanahoria
Pan y Agua
Fruta de Temporada

Cena: Arroz + Carne + Fruta

17 Lentejas Castellanas
Tortilla Francesa
Ensalada de Lechuga y Tomate
Pan y Agua
Fruta de Temporada

Cena: Verdura + Carne + Lácteo

24 Coditos con Tomate
Tortilla de Patata con Cebolla.
Ensalada de Lechuga y Maíz
Pan y Agua
Fruta de Temporada

Cena: Verdura + Carne + Lácteo

Martes

4 Judías Blancas Estofadas con Verduras
Tortilla Francesa
Ensalada de Lechuga y Tomate
Pan y Agua
Fruta de Temporada

Cena: Patata + Carne + Fruta

11 Judías Verdes con Tomate
Lomo al Ajillo
Patatas Panadera
Pan y Agua
Fruta de Temporada

Cena: Verdura + Huevo + Lácteo

18 Crema de Zanahoria ECO
Pollo Asado
Patatas Dado
Pan y Agua
Fruta de Temporada

Cena: Pasta + Verdura + Fruta

25 Crema de Verduras ECO
Magro de Cerdo con Tomate
Arroz Pilaf
Pan y Agua
Fruta de Temporada

Cena: Patata + Huevo + Fruta

Miércoles

5 **Arroz con Tomate**
Filete de Pollo al Horno
Ensalada de Lechuga y Maíz
Pan Integral y Agua
Fruta de Temporada

Cena: Verdura + Huevo + Lácteo

12 Crema de Calabaza ECO
Albóndigas de Pollo en Salsa
Zanahoria ECO en Guiso
Pan Integral y Agua
Fruta de Temporada

Cena: Patata + Verdura + Fruta

19 Paella de Verduras
Cinta de Lomo Fresca al Horno
Pimientos Asados
Pan Integral y Agua
Fruta de Temporada

Cena: Verdura + Ave + Fruta

26 Garbanzos Encebollados
Salchichas de Pavo al Horno
Patatas Panadera
Pan Integral y Agua
Fruta de Temporada

Cena: Verdura + Carne + Fruta

Jueves

6 Sopa de Cocido
Cocido Completo

Pan y Agua
Fruta de Temporada

Cena: Verdura + Carne + Fruta

13 **Coditos con Tomate**
Tortilla Francesa
Ensalada de Lechuga y Tomate
Pan y Agua
Fruta de Temporada

Cena: Verdura + Carne + Lácteo

20 Sopa de Cocido
Cocido Completo

Pan y Agua
Fruta de Temporada

Cena: Verdura + Huevo + Lácteo

27 Arroz con Tomate
Escalope de Pollo
Ensalada de Lechuga y Zanahoria
Pan y Agua
Fruta de Temporada

Cena: Verdura + Huevo + Lácteo

Viernes

7 Crema de Calabacín ECO
Cinta de Lomo Fresca al Horno
Tomate Aliñado con AOVE
Pan y Agua
Fruta de Temporada y Yogur de Soja

Cena: Arroz + Ave + Fruta



21 Guiso de Menestra
Espirales con Tomate
Ensalada de Lechuga y Zanahoria
Pan y Agua
Fruta de Temporada y Yogur de Soja

Cena: Patata + Carne + Fruta

28 Lentejas Estofadas con Verduras
Tortilla Francesa
Tomate Aliñado con AOVE
Pan y Agua
Fruta de Temporada

Cena: Arroz + Ave + Fruta

mediterránea

VALORACIÓN NUTRICIONAL: Energía: Kcal, Lípidos: 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.