Menú Toledo in situ Enero 2026

Sin Frutos Secos - . - Colegio Nº7 de Illescas

Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes
5	6	7	8 Arroz con Tomate Caballa en Aceite Pimientos Asados Pan y Agua Piña al Natural Verdura + Carne + Lácteo ***Cena:*** Verdura + Carne + Lácteo	9 Lentejas Estofadas con Verduras Tortilla de Patata con Cebolla. Ensalada de Lechuga Pan y Agua Fruta de Temporada y Yogur Pasta + Pescado + Fruta ***Cena:*** Pasta + Pescado + Fruta
12 Coliflor en ajada Macarrones con Atún Ensalada de Lechuga y Maíz Pan y Agua Fruta de Temporada Arroz + Huevo + Lácteo ***Cena:*** Arroz + Huevo + Lácteo	13 Sopa de Cocido Cocido Completo Pan y Agua Fruta de Temporada Verdura + Pescado + Fruta ***Cena:*** Verdura + Pescado + Fruta	14 Arroz Campesina Merluza a la Andaluza Ensalada de Tomate Pan Integral y Agua Fruta de Temporada Verdura + Carne + Fruta ***Cena:*** Verdura + Carne + Fruta	15 Potaje de Alubias Viudas Blancas. Tortilla Francesa Ensalada de Lechuga y Zanahoria Pan y Agua Fruta de Temporada Patata + Pescado + Lácteo ***Cena:*** Patata + Pescado + Lácteo	16 Crema de Verduras ECO Pollo Asado Patatas Panadera Pan y Agua Fruta de Temporada Pasta + Huevo + Fruta ***Cena:*** Pasta + Huevo + Fruta
19 Crema de Calabacín ECO Lentejas con Pollo Ensalada de Lechuga y Tomate Pan y Agua Fruta de Temporada Arroz + Huevo + Lácteo ***Cena:*** Arroz + Huevo + Lácteo	20 Coditos con Tomate Salmón con Salsa de Romero Ensalada de Lechuga y Zanahoria Pan y Agua Fruta de Temporada Verdura + Carne + Fruta ***Cena:*** Verdura + Carne + Fruta	21 Menestra de Verduras a la Riojana Cordon Bleu Ensalada de Lechuga Pan Integral y Agua Fruta de Temporada Patata + Pescado + Lácteo ***Cena:*** Patata + Pescado + Lácteo	22 Arroz con Tomate Tortilla Francesa Ensalada de Lechuga y Zanahoria Pan y Agua Fruta de Temporada Verdura + Ave + Fruta ***Cena:*** Verdura + Ave + Fruta	23 Garbanzos a la Catalana Merluza en Papillote Verduras Asadas Pan y Agua Fruta de Temporada y Yogur Patata + Pescado + Fruta ***Cena:*** Patata + Pescado + Fruta
26 Crema de Brócoli y Zanahoria Tortilla de Patata con Cebolla. Ensalada de Lechuga y Maíz Pan y Agua Fruta de Temporada Arroz + Pescado + Fruta ***Cena:*** Arroz + Pescado + Fruta	27 Judías Blancas Estofadas con Verduras Boquerones a la Andaluza Tomate Aliñado con AOVE Pan y Agua Fruta de Temporada Verdura + Ave + Lácteo ***Cena:*** Verdura + Ave + Lácteo	28 Crema de Verduras ECO Lomo al Pepe Champiñón Rehogado Pan Integral y Agua Fruta de Temporada Patata + Pescado + Fruta ***Cena:*** Patata + Pescado + Fruta	29 Sopa de Cocido Cocido Completo Pan y Agua Fruta de Temporada Verdura + Huevo + Lácteo ***Cena:*** Verdura + Huevo + Lácteo	30 Arroz con Tomate Merluza al Horno Ensalada de Lechuga y Zanahoria Pan y Agua Fruta de Temporada Verdura + Carne + Fruta ***Cena:*** Verdura + Carne + Fruta

mediterráneo

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 Enero 2026

Sin Lactosa - . - Colegio Nº7 de Illescas

Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes
5	6	7	8 Arroz con Tomate Caballa en Aceite Pimientos Asados Pan y Agua Piña al Natural Verdura + Carne + Fruta ***Cena:*** Verdura + Carne + Fruta	9 Lentejas Estofadas con Verduras Tortilla de Patata con Cebolla. Ensalada de Lechuga Pan y Agua Fruta de Temporada y Yogur de Soja Pasta + Pescado + Fruta ***Cena:*** Pasta + Pescado + Fruta
12 Coliflor en ajada Macarrones con Atún Ensalada de Lechuga y Maíz Pan y Agua Fruta de Temporada Arroz + Huevo + Fruta ***Cena:*** Arroz + Huevo + Fruta	13 Sopa de Cocido Cocido Completo Pan y Agua Fruta de Temporada Verdura + Pescado + Fruta ***Cena:*** Verdura + Pescado + Fruta	14 Arroz Campesina Merluza a la Andaluza Ensalada de Tomate Pan Integral y Agua Fruta de Temporada Verdura + Carne + Fruta ***Cena:*** Verdura + Carne + Fruta	15 Potaje de Alubias Viudas Blancas. Tortilla Francesa Ensalada de Lechuga y Zanahoria Pan y Agua Fruta de Temporada Patata + Pescado + Fruta ***Cena:*** Patata + Pescado + Fruta	16 Crema de Verduras ECO Pollo Asado Patatas Panadera Pan y Agua Fruta de Temporada Pasta + Huevo + Fruta ***Cena:*** Pasta + Huevo + Fruta
19 Crema de Calabacín ECO Lentejas con Pollo Ensalada de Lechuga y Tomate Pan y Agua Fruta de Temporada Arroz + Verdura + Fruta ***Cena:*** Arroz + Verdura + Fruta	20 Coditos con Tomate Salmón con Salsa de Romero Ensalada de Lechuga y Zanahoria Pan y Agua Fruta de Temporada Verdura + Carne + Fruta ***Cena:*** Verdura + Carne + Fruta	21 Menestra de Verduras a la Riojana Filete de Pollo al Horno Ensalada de Lechuga Pan Integral y Agua Fruta de Temporada Patata + Pescado + Fruta ***Cena:*** Patata + Pescado + Fruta	22 Arroz con Tomate Tortilla Francesa Ensalada de Lechuga y Zanahoria Pan y Agua Fruta de Temporada Verdura + Ave + Fruta ***Cena:*** Verdura + Ave + Fruta	23 Garbanzos a la Catalana Merluza en Papillote Verduras Asadas Pan y Agua Fruta de Temporada y Yogur de Soja Patata + Pescado + Fruta ***Cena:*** Patata + Pescado + Fruta
26 Crema de Brócoli y Zanahoria Tortilla de Patata con Cebolla. Ensalada de Lechuga y Maíz Pan y Agua Fruta de Temporada Arroz + Pescado + Fruta ***Cena:*** Arroz + Pescado + Fruta	27 Judías Blancas Estofadas con Verduras Caballa en Aceite Tomate Aliñado con AOVE Pan y Agua Fruta de Temporada Verdura + Ave + Lácteo ***Cena:*** Verdura + Ave + Lácteo	28 Crema de Verduras ECO Cinta de Lomo Fresca al Horno Champiñón Rehogado Pan Integral y Agua Fruta de Temporada Patata + Pescado + Fruta ***Cena:*** Patata + Pescado + Fruta	29 Sopa de Cocido Cocido Completo Pan y Agua Fruta de Temporada Verdura + Huevo + Lácteo ***Cena:*** Verdura + Huevo + Lácteo	30 Arroz con Tomate Merluza al Horno Ensalada de Lechuga y Zanahoria Pan y Agua Fruta de Temporada Verdura + Carne + Fruta ***Cena:*** Verdura + Carne + Fruta

mediterráneo

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 Enero 2026

Sin Gluten - . - Colegio Nº7 de Illescas

Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes
5	6	7	8 Arroz con Tomate Caballa en Aceite Pimientos Asados Pan Sin Gluten y Agua Piña al Natural Verdura + Carne + Lácteo ***Cena:*** Verdura + Carne + Lácteo	9 Crema de Verduras ECO Tortilla de Patata con Cebolla. Ensalada de Lechuga Pan Sin Gluten y Agua Fruta de Temporada y Yogur Pasta + Pescado + Fruta ***Cena:*** Pasta + Pescado + Fruta
12 Coliflor en ajada Pasta Sin Gluten con Atún Ensalada de Lechuga y Maíz Pan Sin Gluten y Agua Fruta de Temporada Arroz + Huevo + Lácteo ***Cena:*** Arroz + Huevo + Lácteo	13 Sopa de Cocido (Pasta Sin Gluten) Cocido Completo Pan Sin Gluten y Agua Fruta de Temporada Verdura + Pescado + Fruta ***Cena:*** Verdura + Pescado + Fruta	14 Arroz Campesina Merluza Andaluza (Harina Sin Gluten) Ensalada de Tomate Pan Sin Gluten y Agua Fruta de Temporada Verdura + Carne + Fruta ***Cena:*** Verdura + Carne + Fruta	15 Potaje de Alubias Viudas Blancas. Tortilla Francesa Ensalada de Lechuga y Zanahoria Pan Sin Gluten y Agua Fruta de Temporada Patata + Pescado + Lácteo ***Cena:*** Patata + Pescado + Lácteo	16 Crema de Verduras ECO Pollo Asado Patatas Panadera Pan Sin Gluten y Agua Fruta de Temporada Pasta + Huevo + Fruta ***Cena:*** Pasta + Huevo + Fruta
19 Crema de Calabacín ECO Cinta de Lomo Fresca al Horno Ensalada de Lechuga y Tomate Pan Sin Gluten y Agua Fruta de Temporada Arroz + Huevo + Lácteo ***Cena:*** Arroz + Huevo + Lácteo	20 Pasta Sin Gluten con Tomate Salmón con Salsa de Romero Ensalada de Lechuga y Zanahoria Pan Sin Gluten y Agua Fruta de Temporada Verdura + Carne + Fruta ***Cena:*** Verdura + Carne + Fruta	21 Menestra de Verduras a la Riojana Filete de Pollo al Horno Ensalada de Lechuga Pan Sin Gluten y Agua Fruta de Temporada Patata + Pescado + Lácteo ***Cena:*** Patata + Pescado + Lácteo	22 Arroz con Tomate Tortilla Francesa Ensalada de Lechuga y Zanahoria Pan Sin Gluten y Agua Fruta de Temporada Verdura + Ave + Fruta ***Cena:*** Verdura + Ave + Fruta	23 Garbanzos a la Catalana Merluza en Papillote Verduras Asadas Pan Sin Gluten y Agua Fruta de Temporada y Yogur Patata + Pescado + Fruta ***Cena:*** Patata + Pescado + Fruta
26 Crema de Brócoli y Zanahoria Tortilla de Patata con Cebolla. Ensalada de Lechuga y Maíz Pan Sin Gluten y Agua Fruta de Temporada Arroz + Pescado + Fruta ***Cena:*** Arroz + Pescado + Fruta	27 Judías Blancas Estofadas con Verduras Caballa en Aceite Tomate Aliñado con AOVE Pan Sin Gluten y Agua Fruta de Temporada Verdura + Ave + Lácteo ***Cena:*** Verdura + Ave + Lácteo	28 Crema de Verduras ECO Lomo al Pepe Champiñón Rehogado Pan Sin Gluten y Agua Fruta de Temporada Patata + Pescado + Fruta ***Cena:*** Patata + Pescado + Fruta	29 Sopa de Cocido (Pasta Sin Gluten) Cocido Completo Pan Sin Gluten y Agua Fruta de Temporada Verdura + Huevo + Lácteo ***Cena:*** Verdura + Huevo + Lácteo	30 Arroz con Tomate Merluza al Horno Ensalada de Lechuga y Zanahoria Pan Sin Gluten y Agua Fruta de Temporada Verdura + Carne + Fruta ***Cena:*** Verdura + Carne + Fruta

mediterráneo

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 Enero 2026

Sin Cerdo - . - Colegio Nº7 de Illescas

Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes
5	6	7	8 Arroz con Tomate Caballa en Aceite Pimientos Asados Pan y Agua Piña al Natural Verdura + Carne + Lácteo ***Cena:*** Verdura + Carne + Lácteo	9 Lentejas Estofadas con Verduras Tortilla de Patata con Cebolla. Ensalada de Lechuga Pan y Agua Fruta de Temporada y Yogur Pasta + Pescado + Fruta ***Cena:*** Pasta + Pescado + Fruta
12 Coliflor en ajada Macarrones con Atún Ensalada de Lechuga y Maíz Pan y Agua Fruta de Temporada Arroz + Huevo + Lácteo ***Cena:*** Arroz + Huevo + Lácteo	13 Sopa de Fideos Cocido Sin Cerdo Pan y Agua Fruta de Temporada Verdura + Pescado + Fruta ***Cena:*** Verdura + Pescado + Fruta	14 Arroz Campesina Merluza a la Andaluza Ensalada de Tomate Pan Integral y Agua Fruta de Temporada Verdura + Carne + Fruta ***Cena:*** Verdura + Carne + Fruta	15 Potaje de Alubias Viudas Blancas. Tortilla Francesa Ensalada de Lechuga y Zanahoria Pan y Agua Fruta de Temporada Patata + Pescado + Lácteo ***Cena:*** Patata + Pescado + Lácteo	16 Crema de Verduras ECO Pollo Asado Patatas Panadera Pan y Agua Fruta de Temporada Pasta + Huevo + Fruta ***Cena:*** Pasta + Huevo + Fruta
19 Crema de Calabacín ECO Lentejas con Pollo Ensalada de Lechuga y Tomate Pan y Agua Fruta de Temporada Arroz + Huevo + Lácteo ***Cena:*** Arroz + Huevo + Lácteo	20 Coditos con Tomate Salmón con Salsa de Romero Ensalada de Lechuga y Zanahoria Pan y Agua Fruta de Temporada Verdura + Carne + Fruta ***Cena:*** Verdura + Carne + Fruta	21 Menestra de Verduras Cordon Bleu Ensalada de Lechuga Pan Integral y Agua Fruta de Temporada Patata + Pescado + Lácteo ***Cena:*** Patata + Pescado + Lácteo	22 Arroz con Tomate Tortilla Francesa Ensalada de Lechuga y Zanahoria Pan y Agua Fruta de Temporada Verdura + Ave + Fruta ***Cena:*** Verdura + Ave + Fruta	23 Garbanzos a la Catalana Merluza en Papillote Verduras Asadas Pan y Agua Fruta de Temporada y Yogur Patata + Pescado + Fruta ***Cena:*** Patata + Pescado + Fruta
26 Crema de Brócoli y Zanahoria Tortilla de Patata con Cebolla. Ensalada de Lechuga y Maíz Pan y Agua Fruta de Temporada Arroz + Pescado + Fruta ***Cena:*** Arroz + Pescado + Fruta	27 Judías Blancas Estofadas con Verduras Boquerones a la Andaluza Tomate Aliñado con AOVE Pan y Agua Fruta de Temporada Verdura + Ave + Lácteo ***Cena:*** Verdura + Ave + Lácteo	28 Crema de Verduras ECO Filete de Pollo al Horno Champiñón Rehogado Pan Integral y Agua Fruta de Temporada Patata + Pescado + Fruta ***Cena:*** Patata + Pescado + Fruta	29 Sopa de Cocido Cocido Completo Pan y Agua Fruta de Temporada Verdura + Huevo + Lácteo ***Cena:*** Verdura + Huevo + Lácteo	30 Arroz con Tomate Merluza al Horno Ensalada de Lechuga y Zanahoria Pan y Agua Fruta de Temporada Verdura + Carne + Fruta ***Cena:*** Verdura + Carne + Fruta

mediterráneo

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 Enero 2026

Sin Huevo - . - Colegio Nº7 de Illescas

Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes
5	6	7	8 Arroz con Tomate Caballa en Aceite Pimientos Asados Pan y Agua Piña al Natural Verdura + Carne + Lácteo ***Cena:*** Verdura + Carne + Lácteo	9 Lentejas Estofadas con Verduras Filete de Pollo al Horno Ensalada de Lechuga Pan y Agua Fruta de Temporada y Yogur Pasta + Pescado + Fruta ***Cena:*** Pasta + Pescado + Fruta
12 Coliflor en ajada Pasta Sin Huevo con Atún Ensalada de Lechuga y Maíz Pan y Agua Fruta de Temporada Arroz + Verdura + Lácteo ***Cena:*** Arroz + Verdura + Lácteo	13 Sopa de Cocido (Pasta Sin Huevo) Cocido Completo Pan y Agua Fruta de Temporada Verdura + Pescado + Fruta ***Cena:*** Verdura + Pescado + Fruta	14 Arroz Campesina Merluza a la Andaluza Ensalada de Tomate Pan Integral y Agua Fruta de Temporada Verdura + Carne + Fruta ***Cena:*** Verdura + Carne + Fruta	15 Potaje de Alubias Viudas Blancas. Cinta de Lomo Fresca al Horno Ensalada de Lechuga y Zanahoria Pan y Agua Fruta de Temporada Patata + Pescado + Lácteo ***Cena:*** Patata + Pescado + Lácteo	16 Crema de Verduras ECO Pollo Asado Patatas Panadera Pan y Agua Fruta de Temporada Pasta + Verdura + Fruta ***Cena:*** Pasta + Verdura + Fruta
19 Crema de Calabacín ECO Lentejas con Pollo Ensalada de Lechuga y Tomate Pan y Agua Fruta de Temporada Arroz + Verdura + Lácteo ***Cena:*** Arroz + Verdura + Lácteo	20 Pasta Sin Huevo con Tomate Salmón con Salsa de Romero Ensalada de Lechuga y Zanahoria Pan y Agua Fruta de Temporada Verdura + Carne + Fruta ***Cena:*** Verdura + Carne + Fruta	21 Menestra de Verduras a la Riojana Cordon Bleu Ensalada de Lechuga Pan Integral y Agua Fruta de Temporada Patata + Pescado + Lácteo ***Cena:*** Patata + Pescado + Lácteo	22 Arroz con Tomate Cinta de Lomo Fresca al Horno Ensalada de Lechuga y Zanahoria Pan y Agua Fruta de Temporada Verdura + Ave + Fruta ***Cena:*** Verdura + Ave + Fruta	23 Garbanzos a la Catalana Merluza en Papillote Verduras Asadas Pan y Agua Fruta de Temporada y Yogur Patata + Pescado + Fruta ***Cena:*** Patata + Pescado + Fruta
26 Crema de Brócoli y Zanahoria Filete de Pollo al Horno Ensalada de Lechuga y Maíz Pan y Agua Fruta de Temporada Arroz + Pescado + Fruta ***Cena:*** Arroz + Pescado + Fruta	27 Judías Blancas Estofadas con Verduras Caballa en Aceite Tomate Aliñado con AOVE Pan y Agua Fruta de Temporada Verdura + Ave + Lácteo ***Cena:*** Verdura + Ave + Lácteo	28 Crema de Verduras ECO Lomo al Pepe Champiñón Rehogado Pan Integral y Agua Fruta de Temporada Patata + Pescado + Fruta ***Cena:*** Patata + Pescado + Fruta	29 Sopa de Cocido (Pasta Sin Huevo) Cocido Completo Pan y Agua Fruta de Temporada Verdura + Ave + Lácteo ***Cena:*** Verdura + Ave + Lácteo	30 Arroz con Tomate Merluza al Horno Ensalada de Lechuga y Zanahoria Pan y Agua Fruta de Temporada Verdura + Carne + Fruta ***Cena:*** Verdura + Carne + Fruta

mediterráneo

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 Enero 2026

Sin Pescado ni Marisco - . - Colegio Nº7 de Illescas

Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes
5	6	7	8 Arroz con Tomate Cinta de Lomo Fresca al Horno Pimientos Asados Pan y Agua Piña al Natural Verdura + Ave + Lácteo ***Cena:*** Verdura + Ave + Lácteo	9 Lentejas Estofadas con Verduras Tortilla de Patata con Cebolla. Ensalada de Lechuga Pan y Agua Fruta de Temporada y Yogur Pasta + Verdura + Fruta ***Cena:*** Pasta + Verdura + Fruta
12 Coliflor en ajada Macarrones con Tomate Ensalada de Lechuga y Maíz Pan y Agua Fruta de Temporada Arroz + Huevo + Lácteo ***Cena:*** Arroz + Huevo + Lácteo	13 Sopa de Cocido Cocido Completo Pan y Agua Fruta de Temporada Verdura + Patata + Fruta ***Cena:*** Verdura + Patata + Fruta	14 Arroz Campesina Filete de Pollo al Horno Ensalada de Tomate Pan Integral y Agua Fruta de Temporada Verdura + Carne + Fruta ***Cena:*** Verdura + Carne + Fruta	15 Potaje de Alubias Viudas Blancas. Tortilla Francesa Ensalada de Lechuga y Zanahoria Pan y Agua Fruta de Temporada Patata + Ave + Lácteo ***Cena:*** Patata + Ave + Lácteo	16 Crema de Verduras ECO Pollo Asado Patatas Panadera Pan y Agua Fruta de Temporada Pasta + Huevo + Fruta ***Cena:*** Pasta + Huevo + Fruta
19 Crema de Calabacín ECO Lentejas con Pollo Ensalada de Lechuga y Tomate Pan y Agua Fruta de Temporada Arroz + Huevo + Lácteo ***Cena:*** Arroz + Huevo + Lácteo	20 Coditos con Tomate Cinta de Lomo Fresca al Horno Ensalada de Lechuga y Zanahoria Pan y Agua Fruta de Temporada Verdura + Ave + Fruta ***Cena:*** Verdura + Ave + Fruta	21 Menestra de Verduras a la Riojana Cordon Bleu Ensalada de Lechuga Pan Integral y Agua Fruta de Temporada Pasta + Verdura + Lácteo ***Cena:*** Pasta + Verdura + Lácteo	22 Arroz con Tomate Tortilla Francesa Ensalada de Lechuga y Zanahoria Pan y Agua Fruta de Temporada Verdura + Ave + Fruta ***Cena:*** Verdura + Ave + Fruta	23 Garbanzos a la Catalana Filete de Pollo al Horno Calabacín Rehogado Pan y Agua Fruta de Temporada y Yogur Patata + Huevo + Fruta ***Cena:*** Patata + Huevo + Fruta
26 Crema de Brócoli y Zanahoria Tortilla de Patata con Cebolla. Ensalada de Lechuga y Maíz Pan y Agua Fruta de Temporada Arroz + Verdura + Fruta ***Cena:*** Arroz + Verdura + Fruta	27 Judías Blancas Estofadas con Verduras Salchichas de Pavo al Horno Tomate Aliñado con AOVE Pan y Agua Fruta de Temporada Verdura + Carne + Lácteo ***Cena:*** Verdura + Carne + Lácteo	28 Crema de Verduras ECO Lomo al Pepe Champiñón Rehogado Pan Integral y Agua Fruta de Temporada Pasta + Verdura + Fruta ***Cena:*** Pasta + Verdura + Fruta	29 Sopa de Cocido Cocido Completo Pan y Agua Fruta de Temporada Verdura + Huevo + Lácteo ***Cena:*** Verdura + Huevo + Lácteo	30 Arroz con Tomate Filete de Pollo al Horno Ensalada de Lechuga y Zanahoria Pan y Agua Fruta de Temporada Verdura + Carne + Fruta ***Cena:*** Verdura + Carne + Fruta

mediterráneo

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 Enero 2026

Sin Lentejas - . - Colegio Nº7 de Illescas

Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes
5	6	7	8 Arroz con Tomate Caballa en Aceite Pimientos Asados Pan y Agua Piña al Natural Verdura + Carne + Lácteo ***Cena:*** Verdura + Carne + Lácteo	9 Crema de Verduras ECO Tortilla de Patata con Cebolla. Ensalada de Lechuga Pan y Agua Fruta de Temporada y Yogur Pasta + Pescado + Fruta ***Cena:*** Pasta + Pescado + Fruta
12 Coliflor en ajada Macarrones con Atún Ensalada de Lechuga y Maíz Pan y Agua Fruta de Temporada Arroz + Huevo + Lácteo ***Cena:*** Arroz + Huevo + Lácteo	13 Sopa de Cocido Cocido Completo Pan y Agua Fruta de Temporada Verdura + Pescado + Fruta ***Cena:*** Verdura + Pescado + Fruta	14 Arroz Campesina Merluza a la Andaluza Ensalada de Tomate Pan Integral y Agua Fruta de Temporada Verdura + Carne + Fruta ***Cena:*** Verdura + Carne + Fruta	15 Potaje de Alubias Viudas Blancas. Tortilla Francesa Ensalada de Lechuga y Zanahoria Pan y Agua Fruta de Temporada Patata + Pescado + Lácteo ***Cena:*** Patata + Pescado + Lácteo	16 Crema de Verduras ECO Pollo Asado Patatas Panadera Pan y Agua Fruta de Temporada Pasta + Huevo + Fruta ***Cena:*** Pasta + Huevo + Fruta
19 Crema de Calabacín ECO Cinta de Lomo Fresca al Horno Ensalada de Lechuga y Tomate Pan y Agua Fruta de Temporada Arroz + Huevo + Lácteo ***Cena:*** Arroz + Huevo + Lácteo	20 Coditos con Tomate Salmón con Salsa de Romero Ensalada de Lechuga y Zanahoria Pan y Agua Fruta de Temporada Verdura + Carne + Fruta ***Cena:*** Verdura + Carne + Fruta	21 Menestra de Verduras a la Riojana Cordon Bleu Ensalada de Lechuga Pan Integral y Agua Fruta de Temporada Patata + Pescado + Lácteo ***Cena:*** Patata + Pescado + Lácteo	22 Arroz con Tomate Tortilla Francesa Ensalada de Lechuga y Zanahoria Pan y Agua Fruta de Temporada Verdura + Ave + Fruta ***Cena:*** Verdura + Ave + Fruta	23 Garbanzos a la Catalana Merluza en Papillote Verduras Asadas Pan y Agua Fruta de Temporada y Yogur Patata + Pescado + Fruta ***Cena:*** Patata + Pescado + Fruta
26 Crema de Brócoli y Zanahoria Tortilla de Patata con Cebolla. Ensalada de Lechuga y Maíz Pan y Agua Fruta de Temporada Arroz + Pescado + Fruta ***Cena:*** Arroz + Pescado + Fruta	27 Judías Blancas Estofadas con Verduras Boquerones a la Andaluza Tomate Aliñado con AOVE Pan y Agua Fruta de Temporada Verdura + Ave + Lácteo ***Cena:*** Verdura + Ave + Lácteo	28 Crema de Verduras ECO Lomo al Pepe Champiñón Rehogado Pan Integral y Agua Fruta de Temporada Patata + Pescado + Fruta ***Cena:*** Patata + Pescado + Fruta	29 Sopa de Cocido Cocido Completo Pan y Agua Fruta de Temporada Verdura + Huevo + Lácteo ***Cena:*** Verdura + Huevo + Lácteo	30 Arroz con Tomate Merluza al Horno Ensalada de Lechuga y Zanahoria Pan y Agua Fruta de Temporada Verdura + Carne + Fruta ***Cena:*** Verdura + Carne + Fruta

mediterráneo

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 Enero 2026

Sin Frutos Secos ni Cacahuete - . - Colegio Nº7 de Illescas

Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes
5	6	7	8 Arroz con Tomate Caballa en Aceite Pimientos Asados Pan y Agua Piña al Natural Verdura + Carne + Lácteo ***Cena:*** Verdura + Carne + Lácteo	9 Lentejas Estofadas con Verduras Tortilla de Patata con Cebolla. Ensalada de Lechuga Pan y Agua Fruta de Temporada y Yogur Pasta + Pescado + Fruta ***Cena:*** Pasta + Pescado + Fruta
12 Coliflor en ajada Macarrones con Atún Ensalada de Lechuga y Maíz Pan y Agua Fruta de Temporada Arroz + Huevo + Lácteo ***Cena:*** Arroz + Huevo + Lácteo	13 Sopa de Cocido Cocido Completo Pan y Agua Fruta de Temporada Verdura + Pescado + Fruta ***Cena:*** Verdura + Pescado + Fruta	14 Arroz Campesina Merluza a la Andaluza Ensalada de Tomate Pan Integral y Agua Fruta de Temporada Verdura + Carne + Fruta ***Cena:*** Verdura + Carne + Fruta	15 Potaje de Alubias Viudas Blancas. Tortilla Francesa Ensalada de Lechuga y Zanahoria Pan y Agua Fruta de Temporada Patata + Pescado + Lácteo ***Cena:*** Patata + Pescado + Lácteo	16 Crema de Verduras ECO Pollo Asado Patatas Panadera Pan y Agua Fruta de Temporada Pasta + Huevo + Fruta ***Cena:*** Pasta + Huevo + Fruta
19 Crema de Calabacín ECO Lentejas con Pollo Ensalada de Lechuga y Tomate Pan y Agua Fruta de Temporada Arroz + Huevo + Lácteo ***Cena:*** Arroz + Huevo + Lácteo	20 Coditos con Tomate Salmón con Salsa de Romero Ensalada de Lechuga y Zanahoria Pan y Agua Fruta de Temporada Verdura + Carne + Fruta ***Cena:*** Verdura + Carne + Fruta	21 Menestra de Verduras a la Riojana Cordon Bleu Ensalada de Lechuga Pan Integral y Agua Fruta de Temporada Patata + Pescado + Lácteo ***Cena:*** Patata + Pescado + Lácteo	22 Arroz con Tomate Tortilla Francesa Ensalada de Lechuga y Zanahoria Pan y Agua Fruta de Temporada Verdura + Ave + Fruta ***Cena:*** Verdura + Ave + Fruta	23 Garbanzos a la Catalana Merluza en Papillote Verduras Asadas Pan y Agua Fruta de Temporada y Yogur Patata + Pescado + Fruta ***Cena:*** Patata + Pescado + Fruta
26 Crema de Brócoli y Zanahoria Tortilla de Patata con Cebolla. Ensalada de Lechuga y Maíz Pan y Agua Fruta de Temporada Arroz + Pescado + Fruta ***Cena:*** Arroz + Pescado + Fruta	27 Judías Blancas Estofadas con Verduras Boquerones a la Andaluza Tomate Aliñado con AOVE Pan y Agua Fruta de Temporada Verdura + Ave + Lácteo ***Cena:*** Verdura + Ave + Lácteo	28 Crema de Verduras ECO Lomo al Pepe Champiñón Rehogado Pan Integral y Agua Fruta de Temporada Patata + Pescado + Fruta ***Cena:*** Patata + Pescado + Fruta	29 Sopa de Cocido Cocido Completo Pan y Agua Fruta de Temporada Verdura + Huevo + Lácteo ***Cena:*** Verdura + Huevo + Lácteo	30 Arroz con Tomate Merluza al Horno Ensalada de Lechuga y Zanahoria Pan y Agua Fruta de Temporada Verdura + Carne + Fruta ***Cena:*** Verdura + Carne + Fruta

mediterráneo

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 Enero 2026

Sin Marisco ni Pescado Azul - . - Colegio Nº7 de Illescas

Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes
5	6	7	8 Arroz con Tomate Cinta de Lomo Fresca al Horno Pimientos Asados Pan y Agua Piña al Natural Verdura + Ave + Lácteo ***Cena:*** Verdura + Ave + Lácteo	9 Lentejas Estofadas con Verduras Tortilla de Patata con Cebolla. Ensalada de Lechuga Pan y Agua Fruta de Temporada y Yogur Pasta + Pescado + Fruta ***Cena:*** Pasta + Pescado + Fruta
12 Coliflor en ajada Macarrones con Tomate Ensalada de Lechuga y Maíz Pan y Agua Fruta de Temporada Arroz + Huevo + Lácteo ***Cena:*** Arroz + Huevo + Lácteo	13 Sopa de Cocido Cocido Completo Pan y Agua Fruta de Temporada Verdura + Pescado + Fruta ***Cena:*** Verdura + Pescado + Fruta	14 Arroz Campesina Filete de Pollo al Horno Ensalada de Tomate Pan Integral y Agua Fruta de Temporada Verdura + Carne + Fruta ***Cena:*** Verdura + Carne + Fruta	15 Potaje de Alubias Viudas Blancas. Tortilla Francesa Ensalada de Lechuga y Zanahoria Pan y Agua Fruta de Temporada Patata + Pescado + Lácteo ***Cena:*** Patata + Pescado + Lácteo	16 Crema de Verduras ECO Pollo Asado Patatas Panadera Pan y Agua Fruta de Temporada Pasta + Huevo + Fruta ***Cena:*** Pasta + Huevo + Fruta
19 Crema de Calabacín ECO Lentejas con Pollo Ensalada de Lechuga y Tomate Pan y Agua Fruta de Temporada Arroz + Huevo + Lácteo ***Cena:*** Arroz + Huevo + Lácteo	20 Coditos con Tomate Cinta de Lomo Fresca al Horno Ensalada de Lechuga y Zanahoria Pan y Agua Fruta de Temporada Verdura + Ave + Fruta ***Cena:*** Verdura + Ave + Fruta	21 Menestra de Verduras a la Riojana Cordon Bleu Ensalada de Lechuga Pan Integral y Agua Fruta de Temporada Patata + Pescado + Lácteo ***Cena:*** Patata + Pescado + Lácteo	22 Arroz con Tomate Tortilla Francesa Ensalada de Lechuga y Zanahoria Pan y Agua Fruta de Temporada Verdura + Ave + Fruta ***Cena:*** Verdura + Ave + Fruta	23 Garbanzos a la Catalana Filete de Pollo al Horno Calabacín Rehogado Pan y Agua Fruta de Temporada y Yogur Patata + Pescado + Fruta ***Cena:*** Patata + Pescado + Fruta
26 Crema de Brócoli y Zanahoria Tortilla de Patata con Cebolla. Ensalada de Lechuga y Maíz Pan y Agua Fruta de Temporada Arroz + Pescado + Fruta ***Cena:*** Arroz + Pescado + Fruta	27 Judías Blancas Estofadas con Verduras Salchichas de Pavo al Horno Tomate Aliñado con AOVE Pan y Agua Fruta de Temporada Verdura + Ave + Lácteo ***Cena:*** Verdura + Ave + Lácteo	28 Crema de Verduras ECO Lomo al Pepe Champiñón Rehogado Pan Integral y Agua Fruta de Temporada Patata + Pescado + Fruta ***Cena:*** Patata + Pescado + Fruta	29 Sopa de Cocido Cocido Completo Pan y Agua Fruta de Temporada Verdura + Huevo + Lácteo ***Cena:*** Verdura + Huevo + Lácteo	30 Arroz con Tomate Filete de Pollo al Horno Ensalada de Lechuga y Zanahoria Pan y Agua Fruta de Temporada Verdura + Carne + Fruta ***Cena:*** Verdura + Carne + Fruta

mediterráneo

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 Enero 2026

Sin Cerdo ni Pescado - . - Colegio Nº7 de Illescas

Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes
5	6	7	8 Arroz con Tomate Filete de Pollo al Horno Pimientos Asados Pan y Agua Piña al Natural Verdura + Carne + Lácteo ***Cena:*** Verdura + Carne + Lácteo	9 Lentejas Estofadas con Verduras Tortilla de Patata con Cebolla. Ensalada de Lechuga Pan y Agua Fruta de Temporada y Yogur Pasta + Verdura + Fruta ***Cena:*** Pasta + Verdura + Fruta
12 Coliflor en ajada Macarrones con Tomate Ensalada de Lechuga y Maíz Pan y Agua Fruta de Temporada Arroz + Huevo + Lácteo ***Cena:*** Arroz + Huevo + Lácteo	13 Sopa de Fideos Cocido Sin Cerdo Pan y Agua Fruta de Temporada Verdura + Patata + Fruta ***Cena:*** Verdura + Patata + Fruta	14 Arroz Campesina Filete de Pollo al Horno Ensalada de Tomate Pan Integral y Agua Fruta de Temporada Verdura + Carne + Fruta ***Cena:*** Verdura + Carne + Fruta	15 Potaje de Alubias Viudas Blancas. Tortilla Francesa Ensalada de Lechuga y Zanahoria Pan y Agua Fruta de Temporada Patata + Ave + Lácteo ***Cena:*** Patata + Ave + Lácteo	16 Crema de Verduras ECO Pollo Asado Patatas Panadera Pan y Agua Fruta de Temporada Pasta + Huevo + Fruta ***Cena:*** Pasta + Huevo + Fruta
19 Crema de Calabacín ECO Lentejas con Pollo Ensalada de Lechuga y Tomate Pan y Agua Fruta de Temporada Arroz + Huevo + Lácteo ***Cena:*** Arroz + Huevo + Lácteo	20 Coditos con Tomate Salchichas de Pavo al Horno Ensalada de Lechuga y Zanahoria Pan y Agua Fruta de Temporada Verdura + Carne + Fruta ***Cena:*** Verdura + Carne + Fruta	21 Menestra de Verduras Cordon Bleu Ensalada de Lechuga Pan Integral y Agua Fruta de Temporada Pasta + Verdura + Lácteo ***Cena:*** Pasta + Verdura + Lácteo	22 Arroz con Tomate Tortilla Francesa Ensalada de Lechuga y Zanahoria Pan y Agua Fruta de Temporada Verdura + Ave + Fruta ***Cena:*** Verdura + Ave + Fruta	23 Garbanzos a la Catalana Filete de Pollo al Horno Calabacín Rehogado Pan y Agua Fruta de Temporada y Yogur Patata + Huevo + Fruta ***Cena:*** Patata + Huevo + Fruta
26 Crema de Brócoli y Zanahoria Tortilla de Patata con Cebolla. Ensalada de Lechuga y Maíz Pan y Agua Fruta de Temporada Arroz + Verdura + Fruta ***Cena:*** Arroz + Verdura + Fruta	27 Judías Blancas Estofadas con Verduras Salchichas de Pavo al Horno Tomate Aliñado con AOVE Pan y Agua Fruta de Temporada Verdura + Carne + Lácteo ***Cena:*** Verdura + Carne + Lácteo	28 Crema de Verduras ECO Tortilla Francesa Champiñón Rehogado Pan Integral y Agua Fruta de Temporada Pasta + Verdura + Fruta ***Cena:*** Pasta + Verdura + Fruta	29 Sopa de Fideos Cocido Sin Cerdo Pan y Agua Fruta de Temporada Verdura + Huevo + Lácteo ***Cena:*** Verdura + Huevo + Lácteo	30 Arroz con Tomate Filete de Pollo al Horno Ensalada de Lechuga y Zanahoria Pan y Agua Fruta de Temporada Verdura + Carne + Fruta ***Cena:*** Verdura + Carne + Fruta

mediterráneo

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 Enero 2026

Sin Salmón ni Sardina - . - Colegio Nº7 de Illescas

Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes
5	6	7	8 Arroz con Tomate Caballa en Aceite Pimientos Asados Pan y Agua Piña al Natural Verdura + Carne + Lácteo ***Cena:*** Verdura + Carne + Lácteo	9 Lentejas Estofadas con Verduras Tortilla de Patata con Cebolla. Ensalada de Lechuga Pan y Agua Fruta de Temporada y Yogur Pasta + Pescado + Fruta ***Cena:*** Pasta + Pescado + Fruta
12 Coliflor en ajada Macarrones con Atún Ensalada de Lechuga y Maíz Pan y Agua Fruta de Temporada Arroz + Huevo + Lácteo ***Cena:*** Arroz + Huevo + Lácteo	13 Sopa de Cocido Cocido Completo Pan y Agua Fruta de Temporada Verdura + Pescado + Fruta ***Cena:*** Verdura + Pescado + Fruta	14 Arroz Campesina Merluza a la Andaluza Ensalada de Tomate Pan Integral y Agua Fruta de Temporada Verdura + Carne + Fruta ***Cena:*** Verdura + Carne + Fruta	15 Potaje de Alubias Viudas Blancas. Tortilla Francesa Ensalada de Lechuga y Zanahoria Pan y Agua Fruta de Temporada Patata + Pescado + Lácteo ***Cena:*** Patata + Pescado + Lácteo	16 Crema de Verduras ECO Pollo Asado Patatas Panadera Pan y Agua Fruta de Temporada Pasta + Huevo + Fruta ***Cena:*** Pasta + Huevo + Fruta
19 Crema de Calabacín ECO Lentejas con Pollo Ensalada de Lechuga y Tomate Pan y Agua Fruta de Temporada Arroz + Huevo + Lácteo ***Cena:*** Arroz + Huevo + Lácteo	20 Coditos con Tomate Cinta de Lomo Fresca al Horno Ensalada de Lechuga y Zanahoria Pan y Agua Fruta de Temporada Verdura + Carne + Fruta ***Cena:*** Verdura + Carne + Fruta	21 Menestra de Verduras a la Riojana Cordon Bleu Ensalada de Lechuga Pan Integral y Agua Fruta de Temporada Patata + Pescado + Lácteo ***Cena:*** Patata + Pescado + Lácteo	22 Arroz con Tomate Tortilla Francesa Ensalada de Lechuga y Zanahoria Pan y Agua Fruta de Temporada Verdura + Ave + Fruta ***Cena:*** Verdura + Ave + Fruta	23 Garbanzos a la Catalana Merluza en Papillote Verduras Asadas Pan y Agua Fruta de Temporada y Yogur Patata + Pescado + Fruta ***Cena:*** Patata + Pescado + Fruta
26 Crema de Brócoli y Zanahoria Tortilla de Patata con Cebolla. Ensalada de Lechuga y Maíz Pan y Agua Fruta de Temporada Arroz + Pescado + Fruta ***Cena:*** Arroz + Pescado + Fruta	27 Judías Blancas Estofadas con Verduras Boquerones a la Andaluza Tomate Aliñado con AOVE Pan y Agua Fruta de Temporada Verdura + Ave + Lácteo ***Cena:*** Verdura + Ave + Lácteo	28 Crema de Verduras ECO Lomo al Pepe Champiñón Rehogado Pan Integral y Agua Fruta de Temporada Patata + Pescado + Fruta ***Cena:*** Patata + Pescado + Fruta	29 Sopa de Cocido Cocido Completo Pan y Agua Fruta de Temporada Verdura + Huevo + Lácteo ***Cena:*** Verdura + Huevo + Lácteo	30 Arroz con Tomate Merluza al Horno Ensalada de Lechuga y Zanahoria Pan y Agua Fruta de Temporada Verdura + Carne + Fruta ***Cena:*** Verdura + Carne + Fruta

mediterráneo

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 Enero 2026

Sin Huevo ni Legumbre - . - Colegio Nº7 de Illescas

Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes
5	6	7	8 Arroz con Tomate Cinta de Lomo Fresca al Horno Pimientos Asados Piña al Natural Verdura + Ave + Lácteo **Cena:** Verdura + Ave + Lácteo	9 Crema de Verduras ECO Filete de Pollo al Horno Ensalada de Lechuga Fruta de Temporada y Yogur Pasta + Pescado + Fruta **Cena:** Pasta + Pescado + Fruta
12 Coliflor en ajada Filete de Pollo al Horno Ensalada de Lechuga y Maíz Fruta de Temporada Arroz + Verdura + Lácteo **Cena:** Arroz + Verdura + Lácteo	13 Sopa Minestrone : Zanahoria, Patata, Cebolla Puerro y Pimiento Carne Magra del Cocido (Pollo y Ternera) con Verdura y Patata Fruta de Temporada Verdura + Pescado + Fruta **Cena:** Verdura + Pescado + Fruta	14 Arroz Campesina Sin Guisantes Merluza a la Andaluza Ensalada de Tomate Fruta de Temporada Verdura + Carne + Fruta **Cena:** Verdura + Carne + Fruta	15 Estofado de Patatas con Verduras Cinta de Lomo Fresca al Horno Ensalada de Lechuga y Zanahoria Fruta de Temporada Patata + Pescado + Lácteo **Cena:** Patata + Pescado + Lácteo	16 Crema de Verduras ECO Pollo Asado Patatas Panadera Fruta de Temporada Pasta + Verdura + Fruta **Cena:** Pasta + Verdura + Fruta
19 Crema de Calabacín ECO Cinta de Lomo Fresca al Horno Ensalada de Lechuga y Tomate Fruta de Temporada Arroz + Verdura + Lácteo **Cena:** Arroz + Verdura + Lácteo	20 Arroz Rehogado Salmón con Salsa de Romero Ensalada de Lechuga y Zanahoria Fruta de Temporada Verdura + Carne + Fruta **Cena:** Verdura + Carne + Fruta	21 Crema de Verduras ECO Cordon Bleu Ensalada de Lechuga Fruta de Temporada Patata + Pescado + Lácteo **Cena:** Patata + Pescado + Lácteo	22 Arroz con Tomate Cinta de Lomo Fresca al Horno Ensalada de Lechuga y Zanahoria Fruta de Temporada Verdura + Ave + Fruta **Cena:** Verdura + Ave + Fruta	23 Estofado de Patatas con Verduras Merluza en Papillote Verduras Asadas Fruta de Temporada y Yogur Patata + Pescado + Fruta **Cena:** Patata + Pescado + Fruta
26 Crema de Brócoli y Zanahoria Filete de Pollo al Horno Ensalada de Lechuga y Maíz Fruta de Temporada Arroz + Pescado + Fruta **Cena:** Arroz + Pescado + Fruta	27 Estofado de Patatas con Verduras Salchichas de Pavo al Horno Tomate Aliñado con AOVE Fruta de Temporada Verdura + Ave + Lácteo **Cena:** Verdura + Ave + Lácteo	28 Crema de Verduras ECO Cinta de Lomo Fresca al Horno Champiñón Rehogado Fruta de Temporada Patata + Pescado + Fruta **Cena:** Patata + Pescado + Fruta	29 Sopa Minestrone : Zanahoria, Patata, Cebolla, Puerro y Pimiento Carne Magra del Cocido (Pollo y Ternera) con Verdura y Patata Fruta de Temporada Verdura + Patata + Lácteo **Cena:** Verdura + Patata + Lácteo	30 Arroz con Tomate Merluza al Horno Ensalada de Lechuga y Zanahoria Fruta de Temporada Verdura + Carne + Fruta **Cena:** Verdura + Carne + Fruta

mediterráneo

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 Enero 2026

Sin Proteína de la Leche de Vaca - . - Colegio Nº7 de Illescas

Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes
5	6	7	8 Arroz con Tomate Caballa en Aceite Pimientos Asados Pan y Agua Piña al Natural Verdura + Carne + Fruta **Cena:** Verdura + Carne + Fruta	9 Lentejas Estofadas con Verduras Tortilla de Patata con Cebolla. Ensalada de Lechuga Pan y Agua Fruta de Temporada y Yogur de Soja Pasta + Pescado + Fruta **Cena:** Pasta + Pescado + Fruta
12 Coliflor en ajada Macarrones con Atún Ensalada de Lechuga y Maíz Pan y Agua Fruta de Temporada Arroz + Huevo + Fruta **Cena:** Arroz + Huevo + Fruta	13 Sopa de Cocido Cocido Completo Pan y Agua Fruta de Temporada Verdura + Pescado + Fruta **Cena:** Verdura + Pescado + Fruta	14 Arroz Campesina Merluza a la Andaluza Ensalada de Tomate Pan Integral y Agua Fruta de Temporada Verdura + Carne + Fruta **Cena:** Verdura + Carne + Fruta	15 Potaje de Alubias Viudas Blancas. Tortilla Francesa Ensalada de Lechuga y Zanahoria Pan y Agua Fruta de Temporada Patata + Pescado + Fruta **Cena:** Patata + Pescado + Fruta	16 Crema de Verduras ECO Pollo Asado Patatas Panadera Pan y Agua Fruta de Temporada Pasta + Huevo + Fruta **Cena:** Pasta + Huevo + Fruta
19 Crema de Calabacín ECO Lentejas con Pollo Ensalada de Lechuga y Tomate Pan y Agua Fruta de Temporada Arroz + Verdura + Fruta **Cena:** Arroz + Verdura + Fruta	20 Coditos con Tomate Salmón con Salsa de Romero Ensalada de Lechuga y Zanahoria Pan y Agua Fruta de Temporada Verdura + Carne + Fruta **Cena:** Verdura + Carne + Fruta	21 Menestra de Verduras a la Riojana Filete de Pollo al Horno Ensalada de Lechuga Pan Integral y Agua Fruta de Temporada Patata + Pescado + Fruta **Cena:** Patata + Pescado + Fruta	22 Arroz con Tomate Tortilla Francesa Ensalada de Lechuga y Zanahoria Pan y Agua Fruta de Temporada Verdura + Ave + Fruta **Cena:** Verdura + Ave + Fruta	23 Garbanzos a la Catalana Merluza en Papillote Verduras Asadas Pan y Agua Fruta de Temporada y Yogur de Soja Patata + Pescado + Fruta **Cena:** Patata + Pescado + Fruta
26 Crema de Brócoli y Zanahoria Tortilla de Patata con Cebolla. Ensalada de Lechuga y Maíz Pan y Agua Fruta de Temporada Arroz + Pescado + Fruta **Cena:** Arroz + Pescado + Fruta	27 Judías Blancas Estofadas con Verduras Caballa en Aceite Tomate Aliñado con AOVE Pan y Agua Fruta de Temporada Verdura + Ave + Lácteo **Cena:** Verdura + Ave + Lácteo	28 Crema de Verduras ECO Cinta de Lomo Fresca al Horno Champiñón Rehogado Pan Integral y Agua Fruta de Temporada Patata + Pescado + Fruta **Cena:** Patata + Pescado + Fruta	29 Sopa de Cocido Cocido Completo Pan y Agua Fruta de Temporada Verdura + Huevo + Lácteo **Cena:** Verdura + Huevo + Lácteo	30 Arroz con Tomate Merluza al Horno Ensalada de Lechuga y Zanahoria Pan y Agua Fruta de Temporada Verdura + Carne + Fruta **Cena:** Verdura + Carne + Fruta

mediterráneo

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.