

Menú Toledo in situ Diciembre 2025

Basal - - Colegios Toledo

Lunes

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



Martes

- 2** Judías Blancas Estofadas con Verduras
Tortilla Francesa con Queso
Tomate Aliñado con AOVE
Pan y Agua
Fruta de Temporada

Miércoles

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

Jueves

- 4** Sopa de Cocido
Cocido Completo

Pan y Agua
Fruta de Temporada

Viernes

- 5** Coliflor en ajada
Macarrones con Atún
Ensalada de Lechuga y Maíz
Pan y Agua
Fruta de Temporada y Yogur

Kcal: 701 **Lip:** 19,33 **Prot:** 18,48 **HC:** 117,23

Cena: Verdura + Carne + Lácteo

8



- 15** Sopa de Pescado
Arroz a la Cubana (con salchicha y huevo cocido)
Ensalada de Lechuga y Maíz
Pan y Agua
Fruta de Temporada

Kcal: 807 **Lip:** 26,52 **Prot:** 28,97 **HC:** 116,46

Cena: Verdura + Pescado + Lácteo

Kcal: 607 **Lip:** 22,81 **Prot:** 27,08 **HC:** 73,56

Cena: Patata + Pescado + Fruta

9

- 10** Lentejas Castellanas
Tortilla de Patata con Cebolla.
Ensalada de Lechuga y Tomate
Pan y Agua
Fruta de Temporada

Kcal: 620 **Lip:** 21,25 **Prot:** 38,64 **HC:** 68,99

Cena: Arroz + Huevo + Lácteo

10

- 11** Crema de Zanahoria ECO
Pollo al Ajillo
Patatas Panadera
Pan Integral y Agua
Fruta de Temporada

Kcal: 651 **Lip:** 15,31 **Prot:** 39,53 **HC:** 92,04

Cena: Verdura + Pescado + Fruta

11

- 12** Espirales con salsa al Pepe
Merluza al Horno
Zanahoria Rehogada
Pan y Agua
Fruta de Temporada

Kcal: 703 **Lip:** 24,40 **Prot:** 24,93 **HC:** 95,01

Cena: Patata + Ave + Fruta

12

- 13** Garbanzos Estofados con Verduras
Croquetas de Jamón
Ensalada de Lechuga y Maíz
Pan y Agua
Fruta de Temporada

Kcal: 690 **Lip:** 25,69 **Prot:** 23,74 **HC:** 92,59

Cena: Pasta + Pescado + Fruta

14

- 15** Ensalada Mixta
Pizza de Jamón y Queso

Patatas Chips
Pan y Agua
Postre especial



Kcal: 737 **Lip:** 26,72 **Prot:** 27,62 **HC:** 99,76

Cena: Patata + Pescado + Lácteo

Kcal: 529 **Lip:** 15,53 **Prot:** 34,19 **HC:** 62,73

Cena: Verdura + Huevo + Fruta

16

- 17** Sopa de Cocido
Cocido Completo

Pan y Agua
Fruta de Temporada

Kcal: 625 **Lip:** 18,19 **Prot:** 30,33 **HC:** 86,16

Cena: Verdura + Carne + Lácteo

17

- 18** Macarrones con Tomate
Caballa en Aceite

Ensalada de Lechuga
Pan Integral y Agua
Fruta de Temporada

Kcal: 750 **Lip:** 26,89 **Prot:** 28,02 **HC:** 102,15

Cena: Arroz + Ave + Lácteo

18

- 19** Lentejas Estofadas con Verduras
Tortilla de Patata con Cebolla.

Ensalada de Lechuga y Tomate
Pan y Agua
Fruta de Temporada

Kcal: 669 **Lip:** 29,23 **Prot:** 21,86 **HC:** 77,96

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.

ALIMENTACIÓN INTEGRATIVA EN TU DÍA A DÍA

¿En qué consiste?

La ón

ón,
y y
B y y

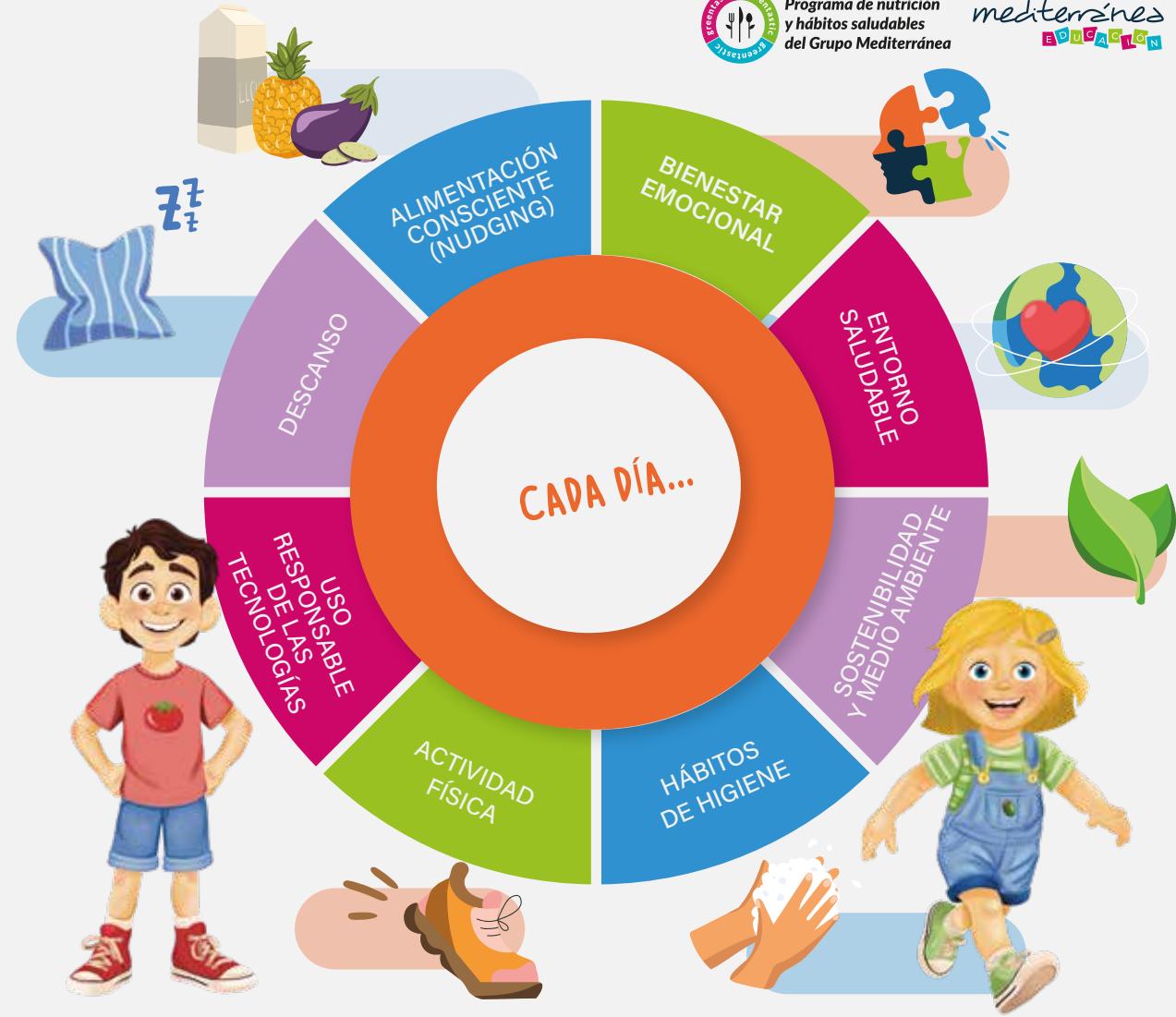


¡ESCANEÁ NUESTRO QR
O PINCHA AQUÍ
PARA DESCUBRIR
CADA PUNTO!



Programa de nutrición
y hábitos saludables
del Grupo Mediterránea

mediterránea
EDUCACIÓN



SI HAS COMIDO...

- PASTA ARROZ / PATATA / LEGUMBRE + CARNE.....
- PASTA / ARROZ / PATATA / LEGUMBRE + PESCADO..
- PASTA / ARROZ / PATATA / LEGUMBRE + HUEVO.....
- VERDURA + CARNE.....
- VERDURA + PESCADO.....
- VERDURA + HUEVO.....
- FRUTAS / LÁCTEO.....

...DEBERÍAS CENAR

- VERDURA + PESCADO / HUEVO / LEGUMBRE
- VERDURA + CARNE / HUEVO / LEGUMBRE
- VERDURA + PESCADO / CARNE / LEGUMBRE
- PASTA / ARROZ / PATATA / LEGUMBRE + PESCADO / HUEVO
- PASTA / ARROZ / PATATA / LEGUMBRE + CARNE / HUEVO
- FRUTAS / LÁCTEO

Menú Toledo in situ Diciembre 2025

Sin Lentejas - - Colegio El Greco (l/escas)

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 + Lácteo Cena: Verdura + Carne + 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 Pollo Asado Patatas Dado Pan Integral y Agua Fruta de Temporada Arroz + Huevo + Lácteo Cena: Arroz + Huevo + Lácteo	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 Patata + Ave + Fruta Cena: Patata + Ave + Fruta
8 	9 Coliflor a la Gallega Tortilla de Patata con Cebolla. Ensalada de Lechuga y Tomate Pan y Agua Fruta de Temporada Verdura + Pescado + Lácteo Cena: Verdura + Pescado + Lácteo	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 Espirales con salsa al Pepe Merluza al Horno Zanahoria Rehogada Pan y Agua Fruta de Temporada Verdura + Carne + Lácteo Cena: Verdura + Carne + Lácteo	12 Garbanzos Estofados con Verduras Croquetas de Jamón Ensalada de Lechuga y Maíz Pan y Agua Fruta de Temporada 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 + Lácteo Cena: Verdura + Pescado + Lácteo	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 Crema de Verduras ECO Tortilla de Patata con Cebolla. Ensalada de Lechuga y Tomate Pan y Agua Fruta de Temporada Arroz + Ave + Lácteo Cena: Arroz + Ave + Lácteo	19 Ensalada Mixta Pizza de Jamón y Queso Patatas Chips Pan y Agua Postre especial 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.

Menú Toledo in situ Diciembre 2025

Sin Cerdo - . - Colegio El Greco (l/escas)

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 + Lácteo Cena: Verdura + Carne + 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 Pollo Asado Patatas Dado Pan Integral y Agua Fruta de Temporada Arroz + Huevo + Lácteo Cena: Arroz + Huevo + Lácteo	4 Sopa de Fideos Cocido Sin Cerdo	5 Coliflor en ajada Macarrones con Atún Ensalada de Lechuga y Maíz Pan y Agua Fruta de Temporada y Yogur Patata + Ave + Fruta Cena: Patata + Ave + 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 Pollo al Ajillo 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 + Carne + Lácteo Cena: Verdura + Carne + Lácteo	12 Garbanzos Estofados con Verduras Tortilla Francesa Ensalada de Lechuga y Maíz Pan y Agua Fruta de Temporada 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 + Lácteo Cena: Verdura + Pescado + Lácteo	16 Sopa de Fideos Cocido Sin Cerdo 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 + Lácteo Cena: Arroz + Ave + Lácteo	19 Ensalada Mixta Salchichas de Pavo al Horno Patatas Chips Pan y Agua Postre especial 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.

Menú Toledo in situ Diciembre 2025

Sin Marisco - - Colegio El Greco (llescas)

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



FESTIVO

- 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 + Pescado + Lácteo

Cena: Verdura + Pescado + Lácteo

Martes

- 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

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

16

- Sopa de Cocido
Cocido Completo

Pan y Agua
Fruta de Temporada
Verdura + Huevo + Fruta

Cena: Verdura + Huevo + Fruta

Miércoles

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

Cena: Arroz + Huevo + Lácteo

10

- Crema de Zanahoria ECO
Pollo al Ajillo
Patatas Panadera
Pan Integral 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

Jueves

- 4** Sopa de Cocido
Cocido Completo

Pan y Agua
Fruta de Temporada
Verdura + Pescado + Fruta

Cena: Verdura + Pescado + Fruta

11

- Espirales con salsa al Pepe
Cinta de Lomo Fresca al Horno
Zanahoria Rehogada
Pan y Agua
Fruta de Temporada
Verdura + Pescado + Lácteo

Cena: Verdura + Pescado + Lácteo

18

- Lentejas Estofadas con Verduras
Tortilla de Patata con Cebolla.

Ensalada de Lechuga y Tomate
Pan y Agua
Fruta de Temporada
Arroz + Ave + Lácteo

Cena: Arroz + Ave + Lácteo

Viernes

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

Cena: Patata + Ave + Fruta

12

- Garbanzos Estofados con Verduras
Tortilla Francesa
Ensalada de Lechuga y Maíz
Pan y Agua
Fruta de Temporada
Pasta + Pescado + Fruta

Cena: Pasta + Pescado + Fruta

19

- Ensalada Mixta
Pizza de Jamón y Queso

Patatas Chips
Pan y Agua
Postre especial
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.

Menú Toledo in situ Diciembre 2025

Sin Frutos Secos - - Colegio El Greco (Ilescas)

Lunes

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



Cena: Verdura + Carne + Lácteo

8

- 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 + Lácteo
Cena: Verdura + Pescado + Lácteo

Martes

- 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

9

- 10** 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

16

- 17** Sopa de Cocido
Cocido Completo

Pan y Agua
Fruta de Temporada
Verdura + Huevo + Fruta
Cena: Verdura + Huevo + Fruta

Miércoles

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

Cena: Arroz + Huevo + Lácteo

10

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

Cena: Verdura + Huevo + Fruta

17

- 18** Macarrones con Tomate
Caballa en Aceite

Ensalada de Lechuga
Pan Integral y Agua
Fruta de Temporada
Verdura + Carne + Fruta
Cena: Verdura + Carne + Fruta

Cena: Verdura + Carne + Fruta

Jueves

- 4** Sopa de Cocido
Cocido Completo

Pan y Agua
Fruta de Temporada
Verdura + Pescado + Fruta

Cena: Verdura + Pescado + Fruta

11

- 12** Espirales con salsa al Pepe
Merluza al Horno
Zanahoria Rehogada
Pan y Agua
Fruta de Temporada
Verdura + Carne + Lácteo

Cena: Verdura + Carne + Lácteo

18

- 19** Lentejas Estofadas con Verduras
Tortilla de Patata con Cebolla.

Ensalada de Lechuga y Tomate
Pan y Agua
Fruta de Temporada
Arroz + Ave + Lácteo
Cena: Arroz + Ave + Lácteo

Cena: Arroz + Ave + Lácteo

Viernes

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

Cena: Patata + Ave + Fruta

12

- 13** Garbanzos Estofados con Verduras
Croquetas de Jamón
Ensalada de Lechuga y Maíz
Pan y Agua
Fruta de Temporada
Pasta + Pescado + Fruta
Cena: Pasta + Pescado + Fruta

Cena: Pasta + Pescado + Fruta

19

- 20** Ensalada Mixta
Pizza de Jamón y Queso

Patatas Chips
Pan y Agua
Postre especial
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.

Menú Toledo in situ Diciembre 2025

Sin Gluten - - Colegio El Greco (Ilescas)

Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes
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	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	3 Crema de Verduras ECO Pollo Asado Patatas Dado Pan Sin Gluten y Agua Fruta de Temporada Arroz + Huevo + Lácteo Cena: Arroz + Huevo + Lácteo	4 Sopa de Cocido (Pasta Sin Gluten) Cocido Completo Pan Sin Gluten y Agua Fruta de Temporada Verdura + Pescado + Fruta Cena: Verdura + Pescado + Fruta	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
8 	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	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	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	12 Garbanzos Estofados con Verduras Cinta de Lomo Fresca al Horno Ensalada de Lechuga y Maíz Pan Sin Gluten y Agua Fruta de Temporada Pasta + Pescado + Fruta Cena: Pasta + Pescado + Fruta
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	16 Sopa de Cocido (Pasta Sin Gluten) Cocido Completo Pan Sin Gluten y Agua Fruta de Temporada Verdura + Huevo + Fruta Cena: Verdura + Huevo + Fruta	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	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	19 Patatas Chips Pan Sin Gluten y Agua Postre especial 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.

Menú Toledo in situ Diciembre 2025

Sin Huevo - - Colegio El Greco (Ilescas)

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 + Lácteo Cena: Verdura + Carne + Lácteo	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	3 Crema de Verduras ECO Pollo Asado Patatas Dado Pan Integral y Agua Fruta de Temporada Arroz + Verdura + Lácteo Cena: Arroz + Verdura + Lácteo	4 Sopa de Cocido (Pasta Sin Huevo) Cocido Completo Pan y Agua Fruta de Temporada Verdura + Pescado + Fruta Cena: Verdura + Pescado + Fruta	5 Coliflor en ajada Pasta Sin Huevo con Atún Ensalada de Lechuga y Maíz Pan y Agua Fruta de Temporada y Yogur Patata + Ave + Fruta Cena: Patata + Ave + Fruta
8  FESTIVO	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	10 Crema de Zanahoria ECO Pollo al Ajillo Patatas Panadera Pan Integral y Agua Fruta de Temporada Verdura + Carne + Fruta Cena: Verdura + Carne + Fruta	11 Pasta s/glut ni huevo con salsa al Pepe Merluza al Horno Zanahoria Rehogada Pan y Agua Fruta de Temporada Verdura + Ave + Lácteo Cena: Verdura + Ave + Lácteo	12 Garbanzos Estofados con Verduras Cinta de Lomo Fresca al Horno Ensalada de Lechuga y Maíz Pan y Agua Fruta de Temporada Pasta + Pescado + Fruta Cena: Pasta + Pescado + Fruta
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 Pan y Agua Fruta de Temporada Verdura + Ave + Fruta Cena: Verdura + Ave + 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	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	19 Ensalada Mixta Salchichas de Pavo al Horno Patatas Chips Pan y Agua Postre especial 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.

Menú Toledo in situ Diciembre 2025

Sin Lactosa - - Colegio El Greco (Ilescas)

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 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

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 Toledo in situ Diciembre 2025

Sin Frutos Secos ni Cacahuete - - Colegio El Greco (III/escas)

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



FESTIVO

- 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 + Lácteo

Cena: Verdura + Pescado + Lácteo

Martes

- 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

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

16

- Sopa de Cocido
Cocido Completo

Pan y Agua
Fruta de Temporada
Verdura + Huevo + Fruta

Cena: Verdura + Huevo + Fruta

Miércoles

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

Cena: Arroz + Huevo + Lácteo

10

- Crema de Zanahoria ECO
Pollo al Ajillo
Patatas Panadera
Pan Integral 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

Jueves

- 4** Sopa de Cocido
Cocido Completo

Pan y Agua
Fruta de Temporada
Verdura + Pescado + Fruta

Cena: Verdura + Pescado + Fruta

11

- Espirales con salsa al Pepe
Merluza al Horno
Zanahoria Rehogada
Pan y Agua
Fruta de Temporada
Verdura + Carne + Lácteo

Cena: Verdura + Carne + Lácteo

18

- Lentejas Estofadas con Verduras
Tortilla de Patata con Cebolla.

Ensalada de Lechuga y Tomate
Pan y Agua
Fruta de Temporada
Arroz + Ave + Lácteo

Cena: Arroz + Ave + Lácteo

Viernes

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

Cena: Patata + Ave + Fruta

12

- Garbanzos Estofados con Verduras
Croquetas de Jamón
Ensalada de Lechuga y Maíz
Pan y Agua
Fruta de Temporada
Pasta + Pescado + Fruta

Cena: Pasta + Pescado + Fruta

19

- Ensalada Mixta
Pizza de Jamón y Queso

Patatas Chips
Pan y Agua
Postre especial
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.

Menú Toledo in situ Diciembre 2025

Sin Cacahuete - - Colegio El Greco (l/escas)

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 + Lácteo Cena: Verdura + Carne + 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 Pollo Asado Patatas Dado Pan Integral y Agua Fruta de Temporada Arroz + Huevo + Lácteo Cena: Arroz + Huevo + Lácteo	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 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 + Lácteo Cena: Patata + Pescado + Lácteo	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 Espirales con salsa al Pepe Merluza al Horno Zanahoria Rehogada Pan y Agua Fruta de Temporada Verdura + Carne + Lácteo Cena: Verdura + Carne + Lácteo	12 Garbanzos Estofados con Verduras Croquetas de Jamón Ensalada de Lechuga y Maíz Pan y Agua Fruta de Temporada 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 + Lácteo Cena: Verdura + Pescado + Lácteo	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 + Lácteo Cena: Arroz + Ave + Lácteo	19 Ensalada Mixta Pizza de Jamón y Queso Patatas Chips Pan y Agua Postre especial 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 Toledo in situ Diciembre 2025

Sin Cacahuete, Frutos Secos ni Soja - - Colegio El Greco (Ilescas)

Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes
1 Arroz con Tomate Varitas de Pescado Ensalada de Lechuga y Zanahoria Fruta de Temporada Verdura + Carne + Lácteo Cena: Verdura + Carne + Lácteo	2 Judías Blancas Estofadas con Verduras Tortilla Francesa con Queso Tomate Aliñado con AOVE Fruta de Temporada Patata + Pescado + Fruta Cena: Patata + Pescado + Fruta	3 Crema de Verduras ECO Pollo Asado Patatas Dado Fruta de Temporada Arroz + Huevo + Lácteo Cena: Arroz + Huevo + Lácteo	4 Sopa Minestrone : Zanahoria, Patata, Cebolla, Puerro y Pimiento Carne Magra del Cocido (Pollo y Ternera) con Verdura y Patata	5 Coliflor en ajada Cinta de Lomo Fresca al Horno Ensalada de Lechuga y Maíz Fruta de Temporada y Yogur Patata + Ave + Fruta Cena: Patata + Ave + Fruta
8  FESTIVO	9 Lentejas Castellanas Tortilla de Patata con Cebolla. Ensalada de Lechuga y Tomate Fruta de Temporada Patata + Pescado + Lácteo Cena: Patata + Pescado + Lácteo	10 Crema de Zanahoria ECO Pollo al Ajillo Patatas Panadera Fruta de Temporada Verdura + Huevo + Fruta Cena: Verdura + Huevo + Fruta	11 Arroz Rehogado Merluza al Horno Zanahoria Rehogada Fruta de Temporada Verdura + Carne + Lácteo Cena: Verdura + Carne + Lácteo	12 Garbanzos Estofados con Verduras Cinta de Lomo Fresca al Horno Ensalada de Lechuga y Maíz Fruta de Temporada 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 Fruta de Temporada Verdura + Pescado + Lácteo Cena: Verdura + Pescado + Lácteo	16 Sopa Minestrone : Zanahoria, Patata, Cebolla, Puerro y Pimiento Carne Magra del Cocido (Pollo y Ternera) con Verdura y Patata Fruta de Temporada Verdura + Huevo + Fruta Cena: Verdura + Huevo + Fruta	17 Arroz con Tomate Merluza al Horno Ensalada de Lechuga 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 Fruta de Temporada Arroz + Ave + Lácteo Cena: Arroz + Ave + Lácteo	19 Ensalada Mixta Salchichas de Pavo al Horno Patatas Chips Yogur 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.