

# menú



MENÚ NO CERDO

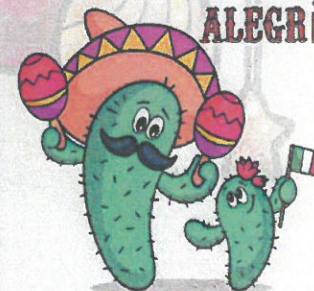
## DICIEMBRE 2025

irco

comida natural

lunes	martes	miércoles	jueves	viernes
<p>Lechuga, olivas, maíz <b>1</b></p> <p><b>Sopa de ave con letras</b></p> <p><b>Hamburguesa de ave en salsa lionesa</b></p> <p>al horno con salsa de cebolla</p> <p>Fruta de temporada</p>	<p>Chips vegetales caseros <b>2</b></p> <p><b>Crema bretona</b></p> <p>con alubias blancas y hortalizas</p> <p><b>Solomillo de pollo empanado</b></p> <p>Fruta de temporada</p>	<p>Lechuga, pepino, zanahoria <b>3</b></p> <p><b>Arroz con setas</b></p> <p>con cebolla, zanahoria y puerro</p> <p><b>Filete de merluza en salsa verde con guisantes</b></p> <p>Fruta de temporada</p>	<p>Hummus de garbanzos con tosta <b>4</b></p> <p><b>Macarrones ECO con carbonara de calabaza</b></p> <p><b>Tortilla de patata</b></p> <p>Fruta de temporada</p>	<p>Lechuga, maíz, pepino <b>5</b></p> <p><b>Lentejas a la jardinera</b></p> <p>con verduras</p> <p><b>Pizza margarita</b></p> <p>con queso, tomate y orégano</p> <p>Fruta de temporada</p>
<p><b>8</b></p>	<p>Lechuga, zanahoria, olivas <b>9</b></p> <p><b>Arroz con salsa de tomate</b></p> <p><b>Caprichos de calamar</b></p> <p>Fruta de temporada</p>	<p>Lechuga, tomate, maíz <b>10</b></p> <p><b>Garbanzos estofados</b></p> <p>con hortalizas</p> <p><b>Pollo al ajillo</b></p> <p>Fruta de temporada</p>	<p>Lechuga, pepino, zanahoria <b>11</b></p> <p><b>Crema de boniato</b></p> <p><b>Muslo de pollo al horno en salsa de manzana</b></p> <p>Fruta de temporada</p>	<p><b>12</b></p> <p><b>Ensalada completa</b></p> <p>lechuga, tomate, zanahoria, maíz, atún y olivas</p> <p><b>Fideua gandiense</b></p> <p>Fruta de temporada</p>
<p>Lechuga, tomate, maíz, olivas <b>15</b></p> <p><b>Crema de calabaza y coco</b></p> <p><b>Alitas de pollo rustidas</b></p>	<p>Lechuga, pepino, zanahoria <b>16</b></p> <p><b>Potaje de alubias con verduras</b></p> <p>con patata, calabacín, cebolla y zanahoria</p> <p><b>Tortilla francesa con pisto asado</b></p> <p>Fruta de temporada</p>	<p><b>17</b></p> <p><b>Ensalada de invierno con naranja</b></p> <p>lechuga, tomate, zanahoria, maíz, atún y olivas</p> <p><b>Arroz al horno pollo y verduras</b></p> <p>Yogur</p>	<p>Lechuga, olivas, maíz <b>18</b></p> <p><b>Sopa de ave con estrellitas</b></p> <p><b>Albondigas de ave a la santanderina</b></p> <p>al horno con salsa de zanahoria y cebolla</p> <p>Fruta de temporada</p>	<p>Lechuga, zanahoria, olivas <b>19</b></p> <p><b>Guiso de lentejas ECO</b></p> <p>con hortalizas</p> <p><b>Bacalao rebozado</b></p> <p>Fruta de temporada</p>
<p>Fruta de temporada</p> <p><b>Sopa Azteca</b></p> <p>sopa mexicana con ave, tomate y cilantro</p> <p><b>Tacos mariachis</b></p> <p>con pollo, mix de pimientos y especias</p> <p><b>Batido casero de frutas</b></p>				

LOS DULCES NATURALES  
ALEGRÍA



SABÍAS QUE:

CONSEJOS SALUDABLES