

MENÚ NOVIEMBRE 2025

COLEGIO SANTO TOMÁS

PRIMERA SEMANA	SEGUNDA SEMANA	TERCERA SEMANA	CUARTA SEMANA	QUINTA SEMANA
LUNES 3 ARROZ A LA MARINERA (Rape, mejillones, almeja y gamba. Puerro, cebolla, ajo, zanahoria, tomate y pimiento) (41) CABECERO DE LOMO CON ENSALADA (Tomate y lechuga) (31) (3) FRUTA FRESCA/PAN/AGUA MERIENDA: LECHE Y BOC. DE PAVO	LUNES 10 FIDEUA A LA MARINERA (12) MAGRO CON TOMATE Y PATATA ASADA FRUTA FRESCA/PAN/AGUA	LUNES 17 ARROZ BLANCO CON TOMATE Y HUEVO (23) SALCHICHAS DE POLLO CON RODAJAS DE TOMATE (27) FRUTA FRESCA/ PAN/ AGUA	LUNES 24 ARROZ CON VERDURAS (zanahoria, puerro, calabacín, cebolla, ajo y pimiento) (7) LOMO CON ENSALADA (tomate y lechuga) (19) (3) FRUTA FRESCA/ PAN/ AGUA	LUNES
MARTES 4 LENTEJAS CON VERDURAS (cebolla, calabaza, espinacas, calabacín, pimiento, tomate, ajo, zanahoria y patata) (17) ABADEJO CON ENSALADA (lechuga, tomate y zanahoria) (26) (3) FRUTA FRESCA/PAN/AGUA MERIENDA: LECHE Y BOC. DE NOCILLA	MARTES 11 GARBANZOS ESTOFADOS CON VERDURAS (cebolla, pimiento, tomate, ajo, puerro, zanahoria, espinacas y patata) (8) MERLUZA EN SALSA VERDE CON ZANAHORIA A LA PLANCHA (22) FRUTA FRESCA/PAN/AGUA MERIENDA: LECHE Y GALLETAS	MARTES 18 GUISANTES CON BEICON (38) BACALAO EN SALSA DE TOMATE CON ENSALADA (Lechuga, tomate y zanahoria) (30) (3) FRUTA FRESCA/PAN/AGUA MERIENDA: LECHE Y BOC. DE CHOCOLATE	MARTES 25 LENTEJAS CON VERDURAS (cebolla, calabaza, espinacas, pimiento, tomate, ajo, zanahoria y patata) (17) LIMANDA CON ENSALADA (Lechuga, tomate y zanahoria) (39) (3) FRUTA FRESCA/PAN/AGUA MERIENDA: LECHE Y BOLLERÍA	MARTES
MIÉRCOLES 5 COCIDO MADRILEÑO SOPA DE FIDEOS GARBANZOS, POLLO, TERNERA, JAMÓN, JUDIA VERDE, ZANAHORIA, REPOLLO Y PATATAS FRUTA FRESCA/PAN/AGUA MERIENDA: LECHE Y FRUTA	MIÉRCOLES 12 SPAGUETIS BOLOÑESA (20) TORTILLA DE PATATA CON SALSA DE TOMATE FRUTA FRESCA/PAN/AGUA MERIENDA: LECHE Y FRUTA	MIÉRCOLES 19 SOPA DE ESTRELLITAS CON VERDURAS (zanahoria, calabacín, puerro y cebolla) (9) ALBÓNDIGAS EN SALSA CON MENESTRA DE VERDURAS (cebolla, pimiento, tomate, ajo, coliflor, alcachofa, champiñón, guisantes, zanahoria y judía verde) Y PATATAS FRITAS (1) (2) FRUTA FRESCA/PAN/AGUA MERIENDA: LECHE Y FRUTA	MIÉRCOLES 26 MACARRONES A LA BOLOÑESA (20) FRUTA/YOGURT/PAN/AGUA TORTILLA FRANCESA CON ENSALADA (tomate y lechuga) (6) (3) FRUTA/PAN/AGUA MERIENDA: LECHE Y FRUTA	MIÉRCOLES
JUEVES 6 JUDÍAS VERDES CON BEICON (36) PALOMETA EN SALSA DE TOMATE CON ENSALADA (tomate, lechuga y maíz) (10) (3) FRUTA FRESCA/PAN/AGUA MERIENDA: LECHE Y BOC. DE CHORIZO	JUEVES 13 JUDÍAS BLANCAS CON VERDURAS (cebolla, calabaza, espinacas, pimiento, tomate, ajo, zanahoria y patata) (32) SALMÓN A LA PLANCHA CON ENSALADA (Tomate y lechuga) (37) (3) FRUTA FRESCA/ PAN/ AGUA MERIENDA: LECHE Y BOC. DE SALCHICHÓN	JUEVES 20 LENTEJAS CON VERDURAS (cebolla, calabaza, espinacas, pimiento, tomate, ajo, zanahoria y patata) (17) PALOMETA EN SALSA DE ZANAHORIA CON ENSALADA (tomate, lechuga y zanahoria) (10) (3) FRUTA FRESCA/PAN/AGUA MERIENDA: LECHE Y BOC. DE CHORIZO	JUEVES 27 GARBANZOS ESTOFADOS CON VERDURAS (cebolla, espinacas, pimiento, tomate, ajo, zanahoria y patata) (8) SALMÓN A LA PLANCHA CON ENSALADA (Tomate y lechuga) (37) (3) FRUTA FRESCA/PAN/AGUA MERIENDA: LECHE Y BOC. DE SALCHICHÓN	JUEVES
VIERNES 7 CREMA DE CALABACÍN Y PUERRO (patata, calabacín, puerro y cebolla) (21) CONTRAMUSLOS DESHUESADOS CON ENSALADA (lechuga y tomate) (14) (3) FRUTA FRESCA/PAN INTEGRAL/AGUA FESTIVO	VIERNES 14 FESTIVO	VIERNES 21 CREMA DE CALABAZA (patata, calabaza, puerro, zanahoria y cebolla) (5) POLLO EN SALSA (cebolla, puerro, zanahoria, ajo, pimiento y tomate) con PATATAS FRITAS (2) (40) FRUTA FRESCA/PAN INTEGRAL/AGUA	VIERNES 28 PURÉ DE VERDURAS (patata, puerro, cebolla, judía verde, calabaza y zanahoria) (13) HAMBURGUESA COMPLETA (pan, carne, lechuga, tomate y cebolla) (16) FRUTA FRESCA/PAN INTEGRAL/AGUA FESTIVO	VIERNES

MENÚ NOVIEMBRE 2025
COLEGIO SANTO TOMÁS

RECOMENDACIONES PARA LA CENA		
PRIMER PLATO	SI COMES	SE RECOMIENDA CENAR
	Arroz, pasta, patata	Crema, puré, verdura cocida
	Crema, puré, verdura cocida	Arroz, pasta, patata
	Legumbre	Ensalada, crema, puré, sopa, verdura cocida
SEGUNDO PLATO	Sopa	Arroz, pasta, patata
	Carne grasa (cerdo, cordero)	Pescado
	Carne magra (ave, ternera)	Huevo, pescado
	Pescado	Carne magra (ave, ternera)
POSTRE	Huevo	Carne magra, pescado (ave, ternera)
	Fruta	Fruta, lácteo
	Lácteo	Fruta