

MENÚ NOVIEMBRE 2025

COLEGIO SANTO TOMÁS

PRIMERA SEMANA	SEGUNDA SEMANA	TERCERA SEMANA	CUARTA SEMANA	QUINTA SEMANA
LUNES 3	LUNES 10	LUNES 17	LUNES 24	LUNES
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	FIDEUA A LA MARINERA (12) MAGRO CON TOMATE Y PATATA ASASA FRUTA FRESCA/PAN/AGUA MERIENDA: LECHE Y BOC. DE MORTADELA	ARROZ BLANCO CON TOMATE Y HUEVO (23) SALCHICHAS DE POLLO CON RODAJAS DE TOMATE (27) FRUTA FRESCA/ PAN/ AGUA MERIENDA: LECHE Y BOC. DE PAVO	ARROZ CON VERDURAS (zanahoria, puerro, calabacín, cebolla, ajo y pimiento) (7) LOMO CON ENSALADA (tomate y lechuga) (19) (3) FRUTA FRESCA/ PAN/ AGUA MERIENDA: LECHE Y BOC. DE MORTADELA	
MARTES 4	MARTES 11	MARTES 18	MARTES 25	MARTES
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	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	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	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	
MIÉRCOLES 5	MIÉRCOLES 12	MIÉRCOLES 19	MIÉRCOLES 26	MIÉRCOLES
COCIDO MADRILEÑO SOPA DE FIDEOS GARBANZOS, POLLO, TERNERA, JAMÓN, JUDIA VERDE, ZANAHORIA, REPOLLO Y PATATAS FRUTA FRESCA/PAN/AGUA MERIENDA: LECHE Y FRUTA	SPAGUETIS BOLOÑESA (20) TORTILLA DE PATATA CON SALSA DE TOMATE FRUTA FRESCA/PAN/AGUA MERIENDA: LECHE Y FRUTA	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	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	
JUEVES 6	JUEVES 13	JUEVES 20	JUEVES 27	JUEVES
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	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	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	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	
VIERNES 7	VIERNES 14	VIERNES 21	VIERNES 28	VIERNES
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	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	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

MENÚ NOVIEMBRE 2025

COLEGIO SANTO TOMÁS

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