



Colegios Ramón y Cajal

Menú de Primaria ESO y Bachillerato

enero 2023

2



9

Champiñones con jamón o puré de verduras
Cordón Bleu de pavo con ensalada mixta
Fruta del tiempo

Contiene: 1º trazas de soja, 2º gluten y leche

16

Brócoli gratinado o puré de verduras frescas
Escalope Milanesa con patatas fritas
Fruta del tiempo

Contiene: 1º leche y gluten (brócoli), 2º huevo, leche y gluten

23

Arroz Milanesa
Cinta de lomo a la plancha con ensalada mixta
Fruta del tiempo

30

Calabacines en tempura o en puré
Salchichas de pavo al horno con tomate
Fruta del tiempo

Contiene: 1º gluten (calabacines)

3



10

Lacitos Carbonara o con tomate
Pollo Asado con ensalada mixta
Fruta del tiempo

Contiene: 1º gluten, leche (carbonara)

17

Paella de verduras y pollo
Croquetas de jamón y /o empanadillas de atún con ensalada mixta
Fruta del tiempo

Contiene: 2º gluten, leche, pescado (empanadillas) y huevo

24

Cocido Madrileño Completo
Col, garbanzos, patata, zanahoria, carne de morcillo de ternera, chorizo y pollo
Fruta del tiempo

Contiene: legumbre y gluten

31

Lentejas estofadas con verduras
Tortilla de patatas con ensalada mixta
Fruta del tiempo

Contiene: 1º legumbre, 2º huevo

4



11

Judías verdes con jamón
Albóndigas de ternera con patatas
Yogur y/o Fruta del tiempo

Contiene: 2º gluten, leche y huevo 3º leche

18

Tallarines al pesto o con tomate
Merluza en salsa verde con ensalada mixta
Natillas o Fruta del tiempo

Contiene: 1º gluten y frutos secos (pesto), 2º pescado, 3º leche y huevo

25

Migas Extremeñas o Macarrones con tomate
Brochetas de pollo a la plancha con ensalada mixta
Yogur y/o Fruta del tiempo

Contiene: 1º gluten

5



12

Arroz blanco con tomate y huevo frito
Lenguado al horno o Romana con ensalada mixta

Fruta del tiempo
Contiene: 1º huevo, 2º gluten, huevo y pescado

19

Sopa de verduras
Jamoncitos de pollo en salsa con arroz
Fruta del tiempo

Contiene: 1º gluten 2º gluten

26

Crema de calabaza
Filetes rusos de ternera a la plancha con pan de hamburguesa y ensalada mixta
Fruta del tiempo

Contiene: 2º leche, huevo y gluten

6



13

Cocido Madrileño completo:
Col, garbanzos, patata, zanahoria, carne de morcillo de ternera, chorizo y pollo
Fruta del tiempo

Contiene: legumbre y gluten

20

Lentejas estofadas con verduras
Huevos revueltos con jamón y ensalada mixta
Fruta del tiempo

Contiene: (1º) legumbre y gluten, 2º huevo, trazas de soja(jamón)

27

Fideuá de verduras y pollo
Merluza al horno o empanada con ensalada mixta
Fruta del tiempo

Contiene: 1º gluten, 2º pescado, huevo y gluten(romana)

Los alumnos con intolerancia o alergia a algún alimento de los aquí presentados, deben consultar el menú de ese día en el especial para alergias e intolerancias