

MENÚ PARA COLEGIOS CON CATERING

C/ Las Palomas s/n 45280 Olías del Rey Toledo

www.jumelaromero.es

NOVIEMBRE 2025																			
LUNES				MARTES				MIÉRCOLES				JUEVES				VIERNES			
3	Espaguetis a la boloñesa(carne ciervo)(1.3) Palometa en salsa con ensalada de maíz (4) Fruta			4	Judías blancas a la riojana(pat,zan,cho) (7) Tortilla francesa(1h)y ensalada de zanahoria(3) Fruta			5	Crema de zanahoria Pollo asado con patatas naturales Fruta			6	Sopa de fideos (1.3.7) Cocido completo (gar,pat,zan,jud,rep,ter) (7.3.1) Fruta			7	Arroz con tomate Rosada en salsa con ensalada de maíz(4) Fruta		
KCAL	PROT	CARBH	LIP	KCAL	PROT	CARBH	LIP	KCAL	PROT	CARBH	LIP	KCAL	PROT	CARBH	LIP	KCAL	PROT	CARBH	LIP
841	32,3	96,7	43,9	983	47,6	88,3	39,1	638	28	52	39	984	33,5	112	41,6	598	31,4	53,5	29,6
10	Espaguetis a la boloñesa(carne ciervo)(1.3) Lenguadina en salsa con ensalada de remolacha(4) Fruta			11	Guisantes rehogados Cinta de lomo con ensalada de zanahorias (6) Fruta			12	Lentejas castellanas (pat,zan,cho) (7) amburguesa de atún y ensalada de maíz(1.6.4.3.7.1) Fruta			13	Judías verdes rehogadas Tortilla española (1h) y ensalada de zanahoria(1.3) Fruta						
KCAL	PROT	CARBH	LIP	KCAL	PROT	CARBH	LIP	KCAL	PROT	CARBH	LIP	KCAL	PROT	CARBH	LIP				
1008	44,9	96,7	55,9	535	27,3	35,9	40,2	802	42,5	42,7	55,8	771	47,8	37,2	38,9				
17	Caracolas con tomate (1.3) Rosada en salsa con ensalada de maíz(4) Fruta			18	Judías verdes rehogadas Bélgicas de ternera a la jardinera(1.3.7.4.6.9.10.13) Fruta			19	Sopa de fideos (1.3.7) Cocido completo (gar,pat,zan,jud,rep,ter) (7.3.1) Fruta			20	Paella de verduras Palometa en salsa con ensalada de zanahoria (4) Fruta			21	Lentejas con verduras Bolsa Moll (1h) y ensalada de remolacha (1.3.7.6.14.15) Fruta		
KCAL	PROT	CARBH	LIP	KCAL	PROT	CARBH	LIP	KCAL	PROT	CARBH	LIP	KCAL	PROT	CARBH	LIP	KCAL	PROT	CARBH	LIP
575	33	41	32	784	39,8	53,7	44	984	33,5	112	41,6	716	44	31,6	50,5	743	36,8	71	37,3
24	Guisantes rehogados Ragout de pavo con verduras Fruta			25	Macarrones con chorizo(1.7.3) Lenguadina en salsa con ensalada de remolacha(4) Fruta			26	Sopa de fideos (1.3.7) Cocido completo (gar,pat,zan,jud,rep,ter) (7.3.1) Fruta			27	Crema de zanahoria Doré de atún con ensalada de maíz (1.4.3.7.6.13.14) Fruta			28	Arroz con tomate Tortilla española (1h) y ensalada de zanahoria(1.3) Fruta		
KCAL	PROT	CARBH	LIP	KCAL	PROT	CARBH	LIP	KCAL	PROT	CARBH	LIP	KCAL	PROT	CARBH	LIP	KCAL	PROT	CARBH	LIP
631	27,5	54,7	41,8	1008	44,9	96,7	55,9	984	33,5	112	41,6	1040	40,6	104,9	40,2	674	39	51,5	28,9
SUGERENCIAS CENAS																			
LUNES				MARTES				MIÉRCOLES				JUEVES				VIERNES			
3	Brócoli salteado Chuleta de cerdo con lechuga y tomate			4	Crema parmentier Abadejo a la plancha con lechuga			5	Acelgas rehogadas Empanada gallega			6	Ensalada campera Calamares con lechuga			7	Consomé Fiambre de pavo con ensalada		
10	Acelgas rehogadas Cinta de lomo con ensalada de maíz			11	Ensalada campera Atún encebollado con tomate			12	Consomé Chuleta de cerdo con lechuga y tomate			13	Brócoli salteado Empanada gallega			14			
17	Ensalada campera Chuleta de cerdo con lechuga y tomate			18	Crema parmentier Calamares con lechuga			19	Brócoli salteado Abadejo a la plancha con lechuga			20	Consomé Fiambre de pavo con ensalada			21	Acelgas rehogadas Atún encebollado con tomate		
24	Brócoli salteado Abadejo a la plancha con lechuga			25	Consomé Chuleta de cerdo con lechuga y tomate			26	Ensalada campera Calamares con lechuga			27	Brócoli salteado Cinta de lomo con ensalada de maíz			28	Consomé Empanada gallega		

Todos los menus estan elaborados con aceite de oliva virgen extra y sal yodada. Se sirve pan y agua, todos los dias.

La elaboracion de los primeros platos es cocida y de los segundos es en hornos de conveccion.

