

MENÚ SIN LECHE

GASTRONOMÍA LAS MURALLAS

SANTA CRUZ

MAYO

2025

LUNES		MARTES		MIÉRCOLES		JUEVES		VIERNES	
LUNES	5	MARTES	6	MIÉRCOLES	7	JUEVES	1	VIERNES	2
	 Repollo rehogado con pimentón Chuleta de sajonia con verduras y patata ⁽¹⁴⁾ Pera - Agua - Pan ⁽¹⁾		 Lentejas estofadas con verduras ⁽¹⁾ (pim. rojo, pim.verde, zanahoria, cebolla) Salmón al limón ⁽⁴⁾ con ensalada de lechuga y aceitunas Plátano - Agua - Pan integral ^(1,6,11)		 Arroz integral con verduritas Tortilla francesa de york ⁽³⁾ con ensalada de lechuga y zanahoria Naranja - Agua - Pan ⁽¹⁾		FESTIVO		FESTIVO
LUNES	12	MARTES	13	MIÉRCOLES	14	JUEVES	15	VIERNES	16
	Judías pintas estofadas con verduras Ragout de ternera con ensalada de lechuga y remolacha Nectarina - Agua - Pan ⁽¹⁾		Brócoli rehogado con ajo y cebolla Jamoncitos de pollo con patatas ⁽¹⁴⁾ Mandarina - Agua - Pan integral ^(1,6,11)		JORNADA GASTRONOMICA MADRID Sopa de cocido ^(1,3) Cocido completo  (Garbanzo, patata, zanahoria, chorizo, pollo, ternera) Plátano - Agua - Pan ⁽¹⁾		Crema vichyssoise ECO ⁽¹⁴⁾ Merluza en su jugo ⁽⁴⁾ con patata dado ⁽¹⁴⁾ Agua - Fresas - Pan integral ^(1,6,11)		Macarrones integrales napolitana ^(1,3) Tortilla francesa de atún ^(3,4) con ensalada de lechuga y maíz Manzana - Agua - Pan ⁽¹⁾
LUNES	19	MARTES	20	MIÉRCOLES	21	JUEVES	22	VIERNES	23
	Coditos integrales boloñesa ^(1,3) Salmón al horno ⁽⁴⁾ con ensalada de lechuga y zanahoria Manzana - Agua - Pan ⁽¹⁾		Alubias pintas con verduras Tortilla francesa ⁽³⁾ con ensalada de lechuga y aceitunas Nectarina - Agua - Pan integral ^(1,6,11)		Crema de verduras ECO ⁽¹⁴⁾ Ragout de pollo con patata ⁽¹⁴⁾ Plátano - Agua - Pan ⁽¹⁾		Arroz con tomate Merluza en salsa verde ⁽⁴⁾ con judías verdes rehogadas Naranja - Agua - Pan integral ^(1,6,11)		Espinacas rehogadas con patatas ⁽¹⁴⁾ Chuleta de sajonia con ensalada de lechuga, zanahoria y tomate Pera - Agua - Pan ⁽¹⁾
LUNES	26	MARTES	27	MIÉRCOLES	28	JUEVES	29	VIERNES	30
	Pasta con tomate ^(1,3) Lengüadina en su jugo ⁽⁴⁾ con ensalada de lechuga y remolacha Manzana - Agua - Pan ⁽¹⁾		DÍA INTERNACIONAL SIN GLUTEN Crema de zanahoria ECO ⁽¹⁴⁾ Filete de pollo empanado sin gluten con patata ⁽¹⁴⁾ Melón - Agua - Pan SG 		Lentejas a la riojana ⁽¹⁾ Tortilla de calabacín ⁽³⁾ con ensalada de lechuga y atún ⁽⁴⁾ Manzana - Agua - Pan ⁽¹⁾		Sopa de cocido ^(1,3) Cocido completo (Garbanzo, patata, zanahoria, chorizo, pollo, ternera) Plátano - Agua - Pan integral ^(1,6,11)		Paella de verduras Salmón a la naranja ⁽⁴⁾ con ensalada de lechuga y maíz Nectarina - Agua - Pan ⁽¹⁾

Valorado nutricionalmente por Lila Soto Tablado, Técnico Superior en Dietética y Nutrición.

La fruta podrá variar en función de su grado de madurez.

Valoración nutricional en base a niños de 6 - 9 años.

Para cualquier consulta del menú o información de alérgenos, puedes enviar un correo a nuestra nutricionista a: calidadnutricion@gastronomiasmurallas.es



MENÚ SIN HUEVO, FRUTOS SECOS,
KIWI

GASTRONOMÍA LAS MURALLAS

SANTA CRUZ

MAYO

2025

LUNES		MARTES		MIÉRCOLES		JUEVES		VIERNES	
LUNES		MARTES		MIÉRCOLES		JUEVES	1	VIERNES	2
5	Repollo rehogado con pimentón	6	Lentejas estofadas con verduras ⁽¹⁾ <small>(pim. rojo, pim.verde, zanahoria, cebolla)</small>	7	Arroz integral con verduras	8	Alubias blancas con chorizo	9	Crema de calabaza ECO ⁽¹⁴⁾
LUNES	Chuleta de sajonia con verduras y patata ⁽¹⁴⁾ Pera - Agua- Pan ⁽¹⁾	MARTES	Salmón al limón ⁽⁴⁾ con ensalada de lechuga y aceitunas Plátano - Agua - Pan integral ^(1,6,11)	MIÉRCOLES	Ragout de pollo con ensalada de lechuga y zanahoria Naranja - Agua- Leche ⁽⁷⁾ - Pan ⁽¹⁾	JUEVES	Lenguardina al horno ⁽⁴⁾ con ensalada de lechuga y tomate Manzana - Agua - Pan integral ^(1,6,11)	VIERNES	Ragout de pavo con verduras Yogur ⁽⁷⁾ - Agua - Pan ⁽¹⁾
12	Judías pintas estofadas con verduras	13	Brócoli con queso ⁽⁷⁾ Jamoncitos de pollo con patatas ⁽¹⁴⁾	14	JORNADA GASTRONOMICA MADRID Sopa vegetal de fideos SG	15	Crema vichyssoise ECO ⁽¹⁴⁾	16	Pasta SG con tomate
LUNES	Ragout de ternera con ensalada de lechuga y remolacha Nectarina - Agua - Pan ⁽¹⁾	MARTES	Mandarina- Agua - Pan integral ^(1,6,11)	MIÉRCOLES	Cocido completo ⁽⁴⁾ <small>(Garbanzo, patata, zanahoria, chorizo, pollo, ternera)</small> Plátano - Agua- Pan ⁽¹⁾	JUEVES	Merluza en su jugo ⁽⁴⁾ con patata dado ⁽¹⁴⁾ Agua - Fresas con leche ⁽⁷⁾ - Pan integral ^(1,6,11)	VIERNES	Filete de aguja con ensalada de lechuga y maíz Yogur ⁽⁷⁾ - Agua - Pan ⁽¹⁾
19	Pasta SG con tomate	20	Alubias pintas con verduras	21	Crema de verduras ECO ⁽¹⁴⁾	22	Arroz con tomate	23	Espinacas rehogadas con patatas ⁽¹⁴⁾
LUNES	Salmón al horno ⁽⁴⁾ con ensalada de lechuga y zanahoria Manzana - Agua- Pan ⁽¹⁾	MARTES	Pavo en salsa con ensalada de lechuga y aceitunas Nectarina - Agua - Pan integral ^(1,6,11)	MIÉRCOLES	Ragout de pollo con patata ⁽¹⁴⁾ Plátano - Agua- Pan ⁽¹⁾	JUEVES	Merluza en salsa verde ⁽⁴⁾ con judías verdes rehogadas Naranja- Agua -Leche ⁽⁷⁾ - Pan integral ^(1,6,11)	VIERNES	Chuleta de sajonia con ensalada de lechuga, zanahoria y tomate Yogur ⁽⁷⁾ - Agua - Pan ⁽¹⁾
26	Pasta SG con tomate	27	DÍA INTERNACIONAL SIN GLUTEN Crema de zanahoria ECO ⁽¹⁴⁾	28	Lentejas a la riojana ⁽¹⁾	29	Sopa vegetal de fideos SG	30	Paella de verduras
LUNES	Lenguardina en su jugo ⁽⁴⁾ con ensalada de lechuga y remolacha Manzana- Leche ⁽⁷⁾ - Agua- Pan ⁽¹⁾	MARTES	Filete de pollo empanado sin gluten con patata ⁽¹⁴⁾ Melón - Agua- Pan SG 	MIÉRCOLES	Merluza al ajillo con ensalada de lechuga y atún ⁽⁴⁾ Manzana - Agua - Pan ⁽¹⁾	JUEVES	Cocido completo ⁽⁴⁾ <small>(Garbanzo, patata, zanahoria, chorizo, pollo, ternera)</small> Plátano - Agua - Pan integral ^(1,6,11)	VIERNES	Salmón a la naranja ⁽⁴⁾ con ensalada de lechuga y maíz Yogur ⁽⁷⁾ - Agua - Pan ⁽¹⁾

Valorado nutricionalmente por Lila Soto Tablado, Técnico Superior en Dietética y Nutrición.

La fruta podrá variar en función de su grado de madurez.

Valoración nutricional en base a niños de 6 - 9 años.

Para cualquier consulta del menú o información de alérgenos, puedes enviar un correo a nuestra nutricionista a: calidadnutricion@gastronomiasmurallas.es



MENÚ SIN CERDO

GASTRONOMÍA LAS MURALLAS

SANTA CRUZ

MAYO

2025

LUNES		MARTES		MIÉRCOLES		JUEVES		VIERNES	
LUNES		MARTES		MIÉRCOLES		JUEVES	FESTIVO	VIERNES	FESTIVO
5	Repollo rehogado con pimentón	6	Lentejas estofadas con verduras ⁽¹⁾ <small>(pim. rojo, pim.verde, zanahoria, cebolla)</small>	7	Arroz integral con verduritas	8	Patatas guisadas con verduras ⁽¹⁴⁾	9	Crema de calabaza ECO ⁽¹⁴⁾
LUNES	Albóndigas de pollo ^(1,3,6,7) con verduritas y patata ⁽¹⁴⁾ Pera - Agua- Pan ⁽¹⁾	MARTES	Salmón al limón ⁽⁴⁾ con ensalada de lechuga y aceitunas Plátano - Agua - Pan integral ^(1,6,11)	MIÉRCOLES	Tortilla francesa ⁽³⁾ con ensalada de lechuga y zanahoria Naranja - Agua- Leche ⁽⁷⁾ - Pan ⁽¹⁾	JUEVES	Lengüadina al horno ⁽⁴⁾ con ensalada de lechuga y tomate Manzana - Agua - Pan integral ^(1,6,11)	VIERNES	Ragout de pavo con verduritas Yogur ⁽⁷⁾ - Agua - Pan ⁽¹⁾
12	Judías pintas estofadas con verduras	13	Brócoli con queso ⁽⁷⁾	14	JORNADA GASTRONOMICA MADRID	15	Crema vichyssoise ECO ⁽¹⁴⁾	16	Macarrones integrales napolitana ^(1,3)
LUNES	Bacalao orly ^(1,2,3,4,6,7,12) con ensalada de lechuga y remolacha Nectarina - Agua - Pan ⁽¹⁾	MARTES	Jamoncitos de pollo con patatas ⁽¹⁴⁾ Mandarina- Agua - Pan integral ^(1,6,11)	MIÉRCOLES	Sopa vegetal de fideos ^(1,3) Garbanzos guisados con verduras  Plátano - Agua- Pan ⁽¹⁾	JUEVES	Merluza en su jugo ⁽⁴⁾ con patata dado ⁽¹⁴⁾ Agua - Fresas con leche ⁽⁷⁾ - Pan integral ^(1,6,11)	VIERNES	Tortilla francesa de atún ^(3,4) con ensalada de lechuga y maíz Yogur ⁽⁷⁾ - Agua - Pan ⁽¹⁾
19	Coditos integrales boloñesa ^(1,3)	20	Alubias pintas con verduras	21	Crema de verduras ECO ⁽¹⁴⁾	22	Arroz con tomate	23	Espinacas rehogadas con patatas ⁽¹⁴⁾
LUNES	Salmón al horno ⁽⁴⁾ con ensalada de lechuga y zanahoria Manzana - Agua- Pan ⁽¹⁾	MARTES	Tortilla francesa ⁽³⁾ con ensalada de lechuga y aceitunas Nectarina - Agua - Pan integral ^(1,6,11)	MIÉRCOLES	Ragout de pollo con patata ⁽¹⁴⁾ Plátano - Agua- Pan ⁽¹⁾	JUEVES	Merluza en salsa verde ⁽⁴⁾ con judías verdes rehogadas Naranja- Agua -Leche ⁽⁷⁾ - Pan integral ^(1,6,11)	VIERNES	Tortilla francesa ⁽³⁾ con ensalada de lechuga, zanahoria y tomate Yogur ⁽⁷⁾ - Agua - Pan ⁽¹⁾
26	Espirales integrales con pesto ^(1,3,7)	27	DÍA INTERNACIONAL SIN GLUTEN	28	Patatas guisadas con verduras ⁽¹⁴⁾	29	Sopa vegetal de fideos ^(1,3)	30	Paella de verduras
LUNES	Lengüadina en su jugo ⁽⁴⁾ con ensalada de lechuga y remolacha Manzana- Leche ⁽⁷⁾ - Agua- Pan ⁽¹⁾	MARTES	Crema de zanahoria ECO ⁽¹⁴⁾ Filete de pollo empanado sin gluten con patata ⁽¹⁴⁾ Melón - Agua- Pan SG 	MIÉRCOLES	Tortilla de calabacín ⁽³⁾ con ensalada de lechuga y atún ⁽⁴⁾ Manzana - Agua - Pan ⁽¹⁾	JUEVES	Garbanzos guisados con verduras Plátano - Agua - Pan integral ^(1,6,11)	VIERNES	Salmón a la naranja ⁽⁴⁾ con ensalada de lechuga y maíz Yogur ⁽⁷⁾ - Agua - Pan ⁽¹⁾

Valorado nutricionalmente por Lila Soto Tablado, Técnico Superior en Dietética y Nutrición.

La fruta podrá variar en función de su grado de madurez.

Valoración nutricional en base a niños de 6 - 9 años.

Para cualquier consulta del menú o información de alérgenos, puedes enviar un correo a nuestra nutricionista a: calidadnutricion@gastronomiasmurallas.es



MENÚ OVOVEGETARIANO

GASTRONOMÍA LAS MURALLAS

SANTA CRUZ

MAYO

2025

LUNES		MARTES		MIÉRCOLES		JUEVES		VIERNES	
LUNES		MARTES		MIÉRCOLES		1	FESTIVO	2	FESTIVO
5	Repollo rehogado con pimentón	6	Lentejas estofadas con verduras ⁽¹⁾ <small>(pim. rojo, pim.verde, zanahoria, cebolla)</small>	7	Arroz con verduritas	8	Patatas guisadas con verduras ⁽¹⁴⁾	9	Crema de calabaza ECO ⁽¹⁴⁾
LUNES	Garbanzos guisados con verduras con verduritas y patata ⁽¹⁴⁾ Pera - Agua- Pan ⁽¹⁾	MARTES	Arroz con zanahoria con ensalada de lechuga y aceitunas Plátano - Agua - Pan ⁽¹⁾	MIÉRCOLES	Tortilla francesa ⁽³⁾ con ensalada de lechuga y zanahoria Naranja - Agua- Pan ⁽¹⁾	JUEVES	Judías verdes rehogadas con ensalada de lechuga y tomate Manzana - Agua - Pan ⁽¹⁾	VIERNES	Arroz con guisantes con verduritas Mandarina - Agua - Pan ⁽¹⁾
12	Lentejas estofadas con verduras ⁽¹⁾ Tortilla francesa ⁽³⁾ con ensalada de lechuga y remolacha Nectarina - Agua - Pan ⁽¹⁾	13	Brócoli rehogado con ajo y cebolla Tortilla de patata ⁽³⁾ con zanahoria Mandarina- Agua - Pan ⁽¹⁾	14	JORNADA GASTRONÓMICA MADRID Sopa de cocido ^(1,3) Garbanzos guisados con verduras Plátano - Agua- Pan ⁽¹⁾ 	15	FESTIVO	16	Macarrones integrales napolitana ^(1,3) Tortilla francesa ⁽³⁾ con ensalada de lechuga y maíz Manzana - Agua - Pan ⁽¹⁾
19	Pasta con tomate ^(1,3) Guisantes rehogados con ensalada de lechuga y zanahoria Manzana - Agua- Pan ⁽¹⁾	20	Alubias pintas con verduras Tortilla francesa ⁽³⁾ con ensalada de lechuga y aceitunas Nectarina - Agua - Pan ⁽¹⁾	21	Crema de verduras ECO ⁽¹⁴⁾ Judías verdes rehogadas con patata ⁽¹⁴⁾ Plátano - Agua- Pan ⁽¹⁾	22	Arroz con tomate Tortilla francesa ⁽³⁾ con judías verdes rehogadas Naranja- Agua - Pan ⁽¹⁾	23	Espinacas rehogadas con patatas ⁽¹⁴⁾ Garbanzos guisados con verduras con ensalada de lechuga, zanahoria y tomate Pera - Agua - Pan ⁽¹⁾
26	Pasta con tomate ^(1,3) Lentejas estofadas con verduras con ensalada de lechuga y remolacha Manzana- Agua- Pan ⁽¹⁾	27	DÍA INTERNACIONAL SIN GLUTEN Crema de zanahoria ECO ⁽¹⁴⁾ Judías verdes rehogadas con patata ⁽¹⁴⁾ Melón - Agua - Pan SG 	28	Pasta con tomate ^(1,3) Tortilla de calabacín ⁽³⁾ con ensalada de lechuga y aceitunas Manzana - Agua - Pan ⁽¹⁾	29	Sopa de cocido ^(1,3) Garbanzos guisados con verduras Plátano - Agua - Pan ⁽¹⁾	30	Paella de verduras Tortilla francesa ⁽³⁾ con zanahoria Nectarina - Agua - Pan ⁽¹⁾

Valorado nutricionalmente por Lilia Soto Tablado, Técnico Superior en Dietética y Nutrición.

La fruta podrá variar en función de su grado de madurez.

Valoración nutricional en base a niños de 6 - 9 años.

Para cualquier consulta del menú o información de alérgenos, puedes enviar un correo a nuestra nutricionista a: calidadnutricion@gastronomialasmurallas.es

