COLEGIO
SAN JOSÉ
FUNDACIÓN EDUCACIÓN Y EVANGELIO
C/ La Plaza, 50 - 13500 PUERTOLLANO, CIUDAD REAL - 926 425 121
www.sanjosepuertollano.org / info@sanjosepuertollano.org

MENÚS NOVIEMBRE 2026

SIN FRUTOS SECOS, FRUTOS CON CÁSCARA, CIRUELAS, MELOCOTÓN, NECTARINAS NI ALBARICOQUE

LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES
Día 2 - Alérgenos	Día 3 – Alérgenos 1,4,6,10,12	Día 4 – Alérgenos 3,4,9	Día 5- Alérgenos	Día 6 – Alérgenos 1,3,6,10
FESTIVO	Crema de legumbres ECO Abadejo rebozado con ensalada de lechuga y tomate Naranja	Arroz tres delicias Salmón a las hierbas provenzales con calabacín y zanahoria Plátano	Judías estofadas Pechuga de pollo a la plancha y col rehogada Mandarina	Macarrones integrales con carne Tortilla de calabacín con ensalada de lechuga y tomate Manzana
Día 9 – Alérgenos 4	Día 10 – Alérgenos 1,3,6,10	Día 11 – Alérgenos 3,4	Día 12 – Alérgenos	Día 13– Alérgenos 1,2,3,4,6,7,10,12,14
Arroz con tomate Merluza al horno con brócoli rehogado Plátano	Cocido completo Ensalada de lechuga y tomate Mandarina	Guiso de patatas con merluza Tortilla francesa con ensalada de tomate Pera	Guisantes estofados Filete de pavo a la plancha con ensalada de lechuga, tomate y maíz Plátano	Macarrones integrales gratinados Filete de caballa con ensalada de lechuga y tomate Manzana
Día 16 – Alérgenos 3,4,12	Día 17 – Alérgenos 1	Día 18 – Alérgenos 4	Día 19 – Alérgenos 1,2,4,6,10,12,14	Día 20 – Alérgenos
Crema multiverduras Tortilla de bonito con ensalada de lechuga y tomate Naranja	Lentejas estofadas ECO Carne con tomate y ensalada de lechuga y tomate Pera	Arroz con pollo Bacaladilla a la plancha con brócoli rehogado Manzana	Judías estofadas Boquerones rebozados con ensalada de lechuga, tomate y maíz Plátano	NO LECTIVO
Día 23 - Alérgenos 4	Día 24 – Alérgenos 1,3,6,7,10	Día 25 – Alérgenos 2,3,4,6,12,14	Día 26 – Alérgenos 1,3,6,10	Día 27– Alérgenos 2,3,4,5,6,9,10,12,14
Crema de legumbres (guisantes) Daditos de bonito con tomate y ensalada de lechuga y tomate Naranja	Espaguetis integrales con queso y tomate Pollo al ajillo y calabacín a la plancha Pera	Arroz con verduras Tortilla de patatas con ensalada de lechuga y tomate Manzana	Cocido completo Ensalada de lechuga y tomate Plátano	Ensalada mixta de patata Bacalao en salsa de piquillos con brócoli rehogado Mandarina
Día 30 – Alérgenos 1,3,6,10	sanjosepuertollano.org			
Sopa de picadillo con fideos Hamburguesa mixta (ternera/cerdo) con ensalada de lechuga y tomate Naranja				

Reglamento (UE) 1169/2011, información alimentaria de alérgenos:
1 Cereales que contengan gluten, 2 Crustáceos. 3 Huevo, 4 Pescado, 5 Cacahuete, 6 Soja, 7 Leche,
8 Frutos de cáscara, 9 Apio, 10 Mostaza, 11 Granos de sésamo, 12 Dióxido de azufre, 13 Altramuces, 14 Moluscos.
TODOS LOS MENÚS VAN ACOMPAÑADOS DEL PAN Y AGUA CORRESPONDIENTE

COLEGIO
SAN JOSÉ
FUNDACIÓN EDUCACIÓN Y EVANGELIO
C/ La Plaza, 50 - 13500 PUERTOLLANO, CIUDAD REAL - 926 425 121
www.sanjosepuertollano.org / info@sanjosepuertollano.org

MENÚS NOVIEMBRE 2026
SIN LACTOSA

LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES
Día 2 - Alérgenos	Día 3 – Alérgenos 1,4,6,10,12	Día 4 – Alérgenos 3,4,9	Día 5- Alérgenos	Día 6 – Alérgenos 1,3,6,10
FESTIVO	Crema de legumbres ECO Abadejo rebozado con ensalada de lechuga y tomate Naranja	Arroz tres delicias Salmón a las hierbas provenzales con calabacín y zanahoria Plátano	Judías estofadas Pechuga de pollo a la plancha y con rehogada Mandarina	Macarrones integrales con carne Tortilla de calabacín con ensalada de lechuga y tomate Manzana
Día 9 – Alérgenos 4	Día 10 – Alérgenos 1,3,6,10	Día 11 – Alérgenos 3,4	Día 12 – Alérgenos	Día 13– Alérgenos 1,2,3,4,6,7,10,12,14
Arroz con tomate Merluza al horno con brócoli rehogado Plátano	Cocido completo Ensalada de lechuga y tomate Mandarina	Guiso de patatas con merluza Tortilla francesa con ensalada de tomate Pera	Guisantes estofados Filete de pavo a la plancha con ensalada de lechuga, tomate y maíz Plátano	Macarrones integrales gratinados Filete de caballa con ensalada de lechuga y tomate Manzana
Día 16 – Alérgenos 3,4,12	Día 17 – Alérgenos 1	Día 18 – Alérgenos 4	Día 19 – Alérgenos 1,2,4,6,10,12,14	Día 20 – Alérgenos
Crema multiverduras Tortilla de bonito con ensalada de lechuga y tomate Naranja	Lentejas estofadas ECO Carne con tomate y patatas Pera	Arroz con pollo Bacaladilla a la plancha con brócoli rehogado Manzana	Judías estofadas Boquerones rebozados con ensalada de lechuga, tomate y maíz Plátano	NO LECTIVO
Día 23 - Alérgenos 4	Día 24 – Alérgenos 1,3,6,7,10	Día 25 – Alérgenos 2,3,4,6,12,14	Día 26 – Alérgenos 1,3,6,10	Día 27– Alérgenos 2,3,4,5,6,9,10,12,14
Crema de legumbres (guisantes) Daditos de bonito con tomate y ensalada de lechuga y tomate Naranja	Espaguetis integrales con queso y tomate Pollo al ajillo y calabacín a la plancha Pera	Arroz con verduras Tortilla de patatas con ensalada de lechuga y tomate Manzana	Cocido completo Ensalada de lechuga y tomate Plátano	Ensalada mixta de patata Bacalao en salsa de piquillos con brócoli rehogado Mandarina
Día 30 – Alérgenos 1,3,6,10	sanjosepuertollano.org			
Sopa de picadillo con fideos Hamburguesa mixta (ternera/cerdo) con ensalada de lechuga y tomate Naranja				

Reglamento (UE) 1169/2011, información alimentaria de alérgenos:
1 Cereales que contengan gluten, 2 Crustáceos. 3 Huevo, 4 Pescado, 5 Cacahuete, 6 Soja, 7 Leche,
8 Frutos de cáscara, 9 Apio, 10 Mostaza, 11 Granos de sésamo, 12 Dióxido de azufre, 13 Altramuces, 14 Moluscos.
TODOS LOS MENÚS VAN ACOMPAÑADOS DEL PAN Y AGUA CORRESPONDIENTE

COLEGIO
SAN JOSÉ
FUNDACIÓN EDUCACIÓN Y EVANGELIO
C/ La Plaza, 50 - 13500 PUERTOLLANO, CIUDAD REAL - 926 425 121
www.sanjosepuertollano.org / info@sanjosepuertollano.org

MENÚS NOVIEMBRE 2026
SIN HUEVO

LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES
Día 2 - Alérgenos	Día 3 – Alérgenos 1,4,6,10,12	Día 4 – Alérgenos 3,4,9	Día 5- Alérgenos	Día 6 – Alérgenos 1,3,6,10
FESTIVO	Crema de legumbres ECO Abadejo rebozado con ensalada de lechuga y tomate Naranja	Arroz tres delicias Salmón a las hierbas provenzales con calabacín y zanahoria Plátano	Judías estofadas Pechuga de pollo a la plancha y col rehogada Mandarina	Macarrones integrales con carne Bacalao a la plancha con ensalada de lechuga y tomate Manzana
Día 9 – Alérgenos 4	Día 10 – Alérgenos 1,3,6,10	Día 11 – Alérgenos 3,4	Día 12 – Alérgenos	Día 13– Alérgenos 1,2,3,4,6,7,10,12,14
Arroz con tomate Merluza al horno con brócoli rehogado Plátano	Cocido completo Ensalada de lechuga y tomate Mandarina	Guiso de patatas con merluza Filete de lomo fresco a la plancha con ensalada de lechuga y tomate Pera	Guisantes estofados Filete de pavo a la plancha con ensalada de lechuga, tomate y maíz Plátano	Macarrones gratinados Filete de caballa con ensalada de lechuga y tomate Manzana
Día 16 – Alérgenos 3,4,12	Día 17 – Alérgenos 1	Día 18 – Alérgenos 4	Día 19 – Alérgenos 1,2,4,6,10,12,14	Día 20 – Alérgenos
Crema multiverduras Filete de pechuga de pollo a la plancha con ensalada de lechuga y tomate Naranja	Lentejas estofadas ECO Carne con tomate y ensalada de lechuga y tomate Pera	Arroz con pollo Bacaladilla a la plancha con brócoli rehogado Manzana	Judías estofadas Boquerones rebozados con ensalada de lechuga, tomate y maíz Plátano	NO LECTIVO
Día 23 - Alérgenos 4	Día 24 – Alérgenos 1,3,6,7,10	Día 25 – Alérgenos 2,3,4,6,12,14	Día 26 – Alérgenos 1,3,6,10	Día 27– Alérgenos 2,3,4,5,6,9,10,12,14
Crema de legumbres (guisantes) Daditos de bonito con tomate y ensalada de lechuga y tomate Naranja	Espaguetis con queso y tomate Pollo al ajillo y calabacín a la plancha Pera	Arroz verduras Merluza a la plancha con ensalada de lechuga y tomate Manzana	Cocido completo Ensalada de lechuga y tomate Plátano	Ensalada mixta de patata Bacalao en salsa de piquillos con brócoli rehogado Mandarina
Día 30 – Alérgenos 1,3,6,10	sanjosepuertollano.org			
Sopa de picadillo con fideos Hamburguesa mixta (ternera/cerdo) con ensalada de lechuga y tomate Naranja				

Reglamento (UE) 1169/2011, información alimentaria de alérgenos:
1 Cereales que contengan gluten, 2 Crustáceos. 3 Huevo, 4 Pescado, 5 Cacahuete, 6 Soja, 7 Leche,
8 Frutos de cáscara, 9 Apio, 10 Mostaza, 11 Granos de sésamo, 12 Dióxido de azufre, 13 Altramuces, 14 Moluscos.
TODOS LOS MENÚS VAN ACOMPAÑADOS DEL PAN Y AGUA CORRESPONDIENTE