

CPEE FUNDACIÓN GOYENECHÉ - OCTUBRE 2025

Todas las comidas se acompañarán de pan y agua. En la elaboración de los menús se utiliza **legumbres de producción ecológica y aceite de oliva.**

DECLARACIÓN DE ALERGENOS

1	2	3	4	5	6	7
Gluten	Crustáceos	Huevos	Pescado	Cacahuete	Soja	Leche
8	9	10	11	12	13	14
Frutos cáscara	Apio	Mostaza	Sésamo	Sulfitos	Altramuzes	Moluscos



LUNES					MARTES					MIÉRCOLES					JUEVES					VIERNES				
1					2					3					4					5				
Judías verdes rehogadas al pimentón					Macarrones integrales con chorizo (tomate, chorizo, cebolla, ajo, zanahoria, orégano) (1,3,6,10)					Puré de calabacín y puerros (12)					Muslitos de pollo al chilindrón (pimiento rojo y verde, cebolla, ajo, tomate, caldo de verduras, pimienta negra, aceite) con patatas panaderas (12)					Fil. De Limanda al ajillo con ensalada de lechuga y zanahoria rallada (4)				
Fruta de temporada y pan integral (1)					Fruta de temporada y pan integral (1)					Fruta de temporada					Fruta de temporada y pan integral (1)					Postre lácteo (7) (*)				
kcal 682	Líp 23,0	Prot 38,7	HdC 80		kcal 723	Líp 22,8	Prot 40,8	HdC 89		kcal 644	Líp 23,1	Prot 44,3	HdC 65		kcal 682	Líp 23,0	Prot 38,7	HdC 80		kcal 723	Líp 22,8	Prot 40,8	HdC 89	
CELEBRAMOS LA SEMANA DE LA HISPANIDAD																								
6					7					8					9					10				
Paella campera (ragout de pollo, pimiento rojo y verde, pimentón, caldo de pollo, cebolla, ajo, zanahoria)					Judías pintas a la hortelana (zanahoria, pimientos, cebolla, tomate natural, ajo, ac. oliva) (12)					Patatas marineras (merluza, pimiento rojo y verde, zanahoria, cebolla, ajo, aceite, laurel, pimentón) (4,12)					Puré de verduras (12)					Sopa de cocido (caldo de ave, puerro, zanahoria, fideos ECO) (1,3,6,10)				
Bacalao a la bilbaína (refrito de ajo) con ensalada (2,4,14)					Tortilla francesa con gajos de tomate aliñados con AOVE y orégano (3)					Hamburguesa de ternera con pisto (tomate, calabacín, berenjena, cebolla, pimiento) (10,11,12)					Merluza al limón (ajo, perejil, limón, aceite) con pasta salteada (1, 3, 4, 6, 10)					Complemento del cocido: garbanzos ECO, zanahoria, ave, morcillo, chorizo (12)				
Fruta de temporada y leche (7)					Fruta de temporada y pan integral (1)					Fruta de temporada					Fruta de temporada y pan integral (1)					Postre lácteo (7) (*)				
kcal 747	Líp 36,0	Prot 34,7	HdC 71		kcal 614	Líp 17,8	Prot 18,1	HdC 95		kcal 692	Líp 19,3	Prot 23,1	HdC 106		kcal 638	Líp 15,0	Prot 27,8	HdC 98		kcal 677	Líp 25,6	Prot 36,0	HdC 76	
13					14					15					16 - Día Mundial del Pan					17 - JORNADA ALEMANA				
FESTIVO					Lentejas ECO Campesinas (12) (zanahoria, pimientos, cebolla, tomate, ajo, laurel, pimentón dulce)					Guisantes rehogados con cebollita					Arroz 3 delicias (zanahoria, maíz, embutido de pavo) (6)					Crema de calabaza al estilo alemán (7,12)				
					Huevos revueltos con queso y ensalada de lechuga y cebolla (3,7)					Lacón asado con puré de patata casero (7,12)					Salmón a la naranja con chips de calabacín al horno (4)					Schinitzel de pollo casero con tomate aliñado con AOVE y orégano (1,3,6,10)				
					Fruta de temporada y pan integral (1)					Fruta de temporada					Fruta de temporada y pan integral (1)					Postre lácteo (7) (*)				
kcal 657	Líp 18,1	Prot 28,7	HdC 95		kcal 727	Líp 37,8	Prot 32,7	HdC 64		kcal 715,17	Líp 10,0	Prot 33,4	HdC 123		kcal 667	Líp 20,8	Prot 42,5	HdC 77		kcal 667	Líp 20,8	Prot 42,5	HdC 77	
20					21 - Día de la Manzana					22					23					24				
Patatas guisadas con magro de cerdo (pimiento rojo y verde, zanahoria, cebolla, ajo, aceite, laurel, pimentón) (12)					Coliflor rehogada al pimentón					Alubias blancas ECO estofadas con verduras (zanahoria, pimiento verde, cebolla, tomate nat. Ajo, ac.oliva) (12)					Arroz con salsa de tomate casera					Sopa de cocido (caldo de ave, puerro, zanahoria, fideos ECO) (1,3,6,10)				
Filete de abadejo a la andaluza (1,4,6,10) con ensalada de lechuga					Albóndigas de ternera en salsa de tomate y perejil con pasta integral (1,3,6,10,11,12)					Tortilla francesa con ensalada de maíz y zanahoria (3)					Merluza en salsa verde con guisantes (ajo, caldo de pescado, harina de maíz, perejil, aceite) (4)					Complemento del cocido: garbanzos ECO, zanahoria, ave, morcillo, chorizo (12)				
Fruta de temporada y leche (7)					Fruta de temporada y pan integral (1)					Fruta de temporada					Fruta de temporada y pan integral (1)					Postre lácteo (7) (*)				
kcal 643	Líp 20,9	Prot 51,2	HdC 63		kcal 680	Líp 31,7	Prot 23,0	HdC 76		kcal 675	Líp 12,1	Prot 21,4	HdC 120		kcal 692	Líp 16,3	Prot 33,7	HdC 102		kcal 656	Líp 21,9	Prot 22,1	HdC 93	
27					28					29					30					31				
Macarrones ECO con salsa de tomate casera (1,3,6,10)					Rehogado de verduras variadas					Lentejas ECO con chorizo (12) (zanahoria, pimientos, cebolla, tomate, ajo, laurel, pimentón dulce)					Sopa de picadillo (fideos ECO, zanahoria, puerro, huevo cocido, pollo, caldo de pollo) (1,3,6,10)					Crema Esaú (12)				
Filete de limanda al horno con ensalada de lechuga y zanahoria (4)					Cinta de lomo al horno con patatas dado (12)					Tortilla francesa con c/gajos de tomate salpimentados y AOVE (3)					Figuritas de merluza con lechuga (1,2,3,4,6,7,10,14)					Pollo asado con guarnición de arroz al laurel				
Fruta de temporada y leche (7)					Fruta de temporada y pan integral (1)					Fruta de temporada					Fruta de temporada y pan integral (1)					Postre lácteo (7) (*)				
kcal 703	Líp 26,6	Prot 45,6	HdC 70		kcal 661	Líp 14,1	Prot 19,6	HdC 114		kcal 639	Líp 20,9	Prot 21,8	HdC 91		kcal 674	Líp 14,0	Prot 23,3	HdC 114		kcal 714	Líp 15,1	Prot 31,1	HdC 113	

Energía expresada en Kcal y macronutrientes en gramos. Fruta de temporada en función de su estado de maduración: manzana, pera, plátano, naranja, melón, sandía...
 (*) Se ofrecerán yogures naturales sin azúcar y también yogures de sabores, priorizando el yogur natural sin azúcar frente al de sabor.
 El pan de elección será integral, aunque existirá la opción del pan blanco.

CELEBRAMOS LA HISPANIDAD POR REDES ¡NO TE LO PIERDAS!



grupo_servicatering

Central de CATERING

ayre