

Menú Toledo Marzo 2026

Sin Lactosa - - Colegio Rosa Parks (Toledo)

Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes
2 Lentejas Estofadas con Verduras. Filete de Pollo al Horno Ensalada de Lechuga y Tomate Pan y Agua Fruta de Temporada Cena: Patata + Pescado + Fruta	3 Arroz con Tomate. Merluza a la Riojana. Pimientos Asados Pan Integral y Agua Fruta de Temporada Cena: Verdura + Ave + Lácteo	4 Crema de Zanahoria ECO. Cinta de Lomo Fresca al Horno Champiñón Rehogado Pan y Agua Fruta de Temporada Cena: Patata + Pescado + Fruta	5 Garbanzos Estofados con Verduras. Tortilla Francesa. Tomate Aliñado con AOVE Pan y Agua Fruta de Temporada Cena: Arroz + Carne + Lácteo	6 Macarrones al Ajillo Salmón en Salsa de Eneldo. Ensalada de Lechuga y Zanahoria Pan y Agua Yogur de Soja Cena: Verdura + Huevo + Fruta
9 Brócoli Rehogado con Ajitos Tortilla de Patata con Cebolla. Ensalada de Lechuga y Tomate Pan y Agua Fruta de Temporada Cena: Arroz + Carne + Fruta	10 Sopa de Cocido. Cocido Completo. Pan Integral y Agua Fruta de Temporada Cena: Verdura + Pescado + Lácteo	11 Menestra de Verduras a la Riojana Pollo Asado Patatas Panadera. Pan y Agua Fruta de Temporada Cena: Pasta + Huevo + Fruta	12 Arroz con Tomate. Albóndigas de Merluza Zanahoria Rehogada. Pan y Agua Fruta de Temporada Cena: Verdura + Ave + Lácteo	13 Judías Blancas Estofadas con Verduras. Espirales con Atún. Ensalada de Lechuga y Maíz Pan y Agua Fruta de Temporada Cena: Patata + Pescado + Fruta
16 Lentejas Castellanas Abadejo a la Bilbaina. Ensalada de Lechuga y Zanahoria Pan y Agua Fruta de Temporada Cena: Arroz + Carne + Fruta	17 Pasta al Ajillo Albóndigas de Pollo en Salsa. Ensalada de Lechuga y Maíz Pan Integral y Agua Fruta de Temporada Cena: Verdura + Pescado + Lácteo	18 Judías Verdes con Tomate. Lacón a la Gallega Patatas Panadera. Pan y Agua Fruta de Temporada Cena: Arroz + Huevo + Fruta	19 Arroz Campesina. Tortilla de Patata con Cebolla. Ensalada de Lechuga y Zanahoria Pan y Agua Fruta de Temporada Cena: Verdura + Pescado + Lácteo	20 Crema de Calabacín ECO. Palometa con Tomate. Arroz Pilaf Pan y Agua Yogur de Soja Cena: Patata + Ave + Fruta
23 Arroz con Tomate. Caballa en Aceite Ensalada de Lechuga y Cebolla Pan y Agua Fruta de Temporada Cena: Verdura + Carne + Fruta	24 Sopa de Cocido. Cocido Completo. Pan Integral y Agua Fruta de Temporada Cena: Verdura + Pescado + Lácteo	25 Macarrones con Tomate Abadejo al Horno. Ensalada de Lechuga y Maíz Pan y Agua Fruta de Temporada Cena: Patata + Ave + Fruta	26 Papas con Choco. Tortilla Francesa. Tomate Aliñado con AOVE Pan y Agua Fruta de Temporada Cena: Verdura + Pescado + Lácteo	27 Coliflor en ajada Lentejas Con Arroz. Ensalada de Lechuga y Zanahoria Pan y Agua Fruta de Temporada Cena: Arroz + Huevo + Fruta

mediterránea

VALORACIÓN NUTRICIONAL: Energía: Kcal, Lípidos: g, Proteínas: g, Hidratos de Carbono: g
 FRUTA VARIADA Y DE TEMPORADA (Manzana, pera, naranja, mandarina y plátano)

R.D. 1169/2011 La información relativa a los alérgenos de nuestros platos, se encuentra en el Centro. Cualquier duda al respecto, nuestro personal le atenderá.

Menú Toledo Marzo 2026

Sin Frutos Secos ni Cacahuete - - Colegio Rosa Parks (Toledo)

Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes
2 Lentejas Estofadas con Verduras. Croquetas de Jamón Ensalada de Lechuga y Tomate Pan y Agua Fruta de Temporada Cena: Patata + Pescado + Fruta	3 Arroz con Tomate. Merluza a la Riojana. Pimientos Asados Pan Integral y Agua Fruta de Temporada Cena: Verdura + Ave + Lácteo	4 Crema de Zanahoria ECO. Lomo al Pepe Champiñón Rehogado Pan y Agua Fruta de Temporada Cena: Patata + Pescado + Fruta	5 Garbanzos Estofados con Verduras. Tortilla Francesa. Tomate Aliñado con AOVE Pan y Agua Fruta de Temporada Cena: Arroz + Carne + Lácteo	6 Macarrones al Ajillo Salmón en Salsa de Eneldo. Ensalada de Lechuga y Zanahoria Pan y Agua Yogur Cena: Verdura + Huevo + Fruta
9 Brócoli Rehogado con Ajitos Tortilla de Patata con Cebolla. Ensalada de Lechuga y Tomate Pan y Agua Fruta de Temporada Cena: Arroz + Carne + Fruta	10 Sopa de Cocido. Cocido Completo. Pan Integral y Agua Fruta de Temporada Cena: Verdura + Pescado + Lácteo	11 Menestra de Verduras a la Riojana Pollo Asado Patatas Panadera. Pan y Agua Fruta de Temporada Cena: Pasta + Huevo + Fruta	12 Arroz con Tomate. Albóndigas de Merluza Zanahoria Rehogada. Pan y Agua Fruta de Temporada Cena: Verdura + Ave + Lácteo	13 Judías Blancas Estofadas con Verduras. Espirales con Atún. Ensalada de Lechuga y Maíz Pan y Agua Fruta de Temporada Cena: Patata + Pescado + Fruta
16 Lentejas Castellanas Abadejo a la Bilbaina. Ensalada de Lechuga y Zanahoria Pan y Agua Fruta de Temporada Cena: Arroz + Carne + Fruta	17 Coditos con salsa al Pepe Albóndigas de Pollo en Salsa. Ensalada de Lechuga y Maíz Pan Integral y Agua Fruta de Temporada Cena: Verdura + Pescado + Lácteo	18 Judías Verdes con Tomate. Lacón a la Gallega Patatas Panadera. Pan y Agua Fruta de Temporada Cena: Arroz + Huevo + Fruta	19 Arroz Campesina. Tortilla de Patata con Cebolla. Ensalada de Lechuga y Zanahoria Pan y Agua Fruta de Temporada Cena: Verdura + Pescado + Lácteo	20 Crema de Calabacín ECO. Palometa con Tomate. Arroz Pilaf Pan y Agua Yogur Cena: Patata + Ave + Fruta
23 Arroz con Tomate. Caballa en Aceite Ensalada de Lechuga y Cebolla Pan y Agua Fruta de Temporada Cena: Verdura + Carne + Fruta	24 Sopa de Cocido. Cocido Completo. Pan Integral y Agua Fruta de Temporada Cena: Verdura + Pescado + Lácteo	25 Macarrones con Tomate Merluza Empanada Ensalada de Lechuga y Maíz Pan y Agua Fruta de Temporada Cena: Patata + Ave + Fruta	26 Papas con Choco. Tortilla Francesa. Tomate Aliñado con AOVE Pan y Agua Fruta de Temporada Cena: Verdura + Pescado + Lácteo	27 Coliflor Gratinada Lentejas Con Arroz. Ensalada de Lechuga y Zanahoria Pan y Agua Fruta de Temporada Cena: Arroz + Huevo + Fruta

mediterránea

VALORACIÓN NUTRICIONAL: Energía: Kcal, Lípidos: g, Proteínas: g, Hidratos de Carbono: g
 FRUTA VARIADA Y DE TEMPORADA (Manzana, pera, naranja, mandarina y plátano)

R.D. 1169/2011 La información relativa a los alérgenos de nuestros platos, se encuentra en el Centro. Cualquier duda al respecto, nuestro personal le atenderá.

Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes
2 Lentejas Estofadas con Verduras. Delicias de Bacalao Ensalada de Lechuga y Tomate Pan y Agua Fruta de Temporada Cena: Patata + Pescado + Fruta	3 Arroz con Tomate. Merluza a la Riojana. Pimientos Asados Pan Integral y Agua Fruta de Temporada Cena: Verdura + Ave + Lácteo	4 Crema de Zanahoria ECO. Cordon Bleu Ensalada Pan y Agua Fruta de Temporada Cena: Patata + Pescado + Fruta	5 Garbanzos Estofados con Verduras. Tortilla Francesa. Tomate Aliñado con AOVE Pan y Agua Fruta de Temporada Cena: Arroz + Carne + Lácteo	6 Macarrones al Ajillo Salmón en Salsa de Eneldo. Ensalada de Lechuga y Zanahoria Pan y Agua Yogur Cena: Verdura + Huevo + Fruta
9 Brócoli Rehogado con Ajitos Tortilla de Patata con Cebolla. Ensalada de Lechuga y Tomate Pan y Agua Fruta de Temporada Cena: Arroz + Carne + Fruta	10 Garbanzos a la Catalana. Salmón al Horno. Pimientos Asados Pan Integral y Agua Fruta de Temporada Cena: Verdura + Pescado + Lácteo	11 Menestra de Verduras a la Riojana Pollo Asado Patatas Panadera. Pan y Agua Fruta de Temporada Cena: Pasta + Huevo + Fruta	12 Arroz con Tomate. Albóndigas de Merluza Zanahoria Rehogada. Pan y Agua Fruta de Temporada Cena: Verdura + Ave + Lácteo	13 Judías Blancas Estofadas con Verduras. Espirales con Atún. Ensalada de Lechuga y Maíz Pan y Agua Fruta de Temporada Cena: Patata + Pescado + Fruta
16 Lentejas Castellanas Abadejo a la Bilbaina. Ensalada de Lechuga y Zanahoria Pan y Agua Fruta de Temporada Cena: Arroz + Carne + Fruta	17 Coditos con salsa al Pepe Albóndigas de Pollo en Salsa. Ensalada de Lechuga y Maíz Pan Integral y Agua Fruta de Temporada Cena: Verdura + Pescado + Lácteo	18 Judías Verdes con Tomate. Merluza al Horno. Pimientos Asados Pan y Agua Fruta de Temporada Cena: Arroz + Huevo + Fruta	19 Arroz Campesina. Tortilla de Patata con Cebolla. Ensalada de Lechuga y Zanahoria Pan y Agua Fruta de Temporada Cena: Verdura + Pescado + Lácteo	20 Crema de Calabacín ECO. Palometa con Tomate. Arroz Pilaf Pan y Agua Yogur Cena: Patata + Ave + Fruta
23 Arroz con Tomate. Caballa en Aceite Ensalada de Lechuga y Cebolla Pan y Agua Fruta de Temporada Cena: Verdura + Carne + Fruta	24 Garbanzos Estofados con Patata Pollo al Ajillo Ensalada Pan Integral y Agua Fruta de Temporada Cena: Verdura + Pescado + Lácteo	25 Macarrones con Tomate Merluza Empanada Ensalada de Lechuga y Maíz Pan y Agua Fruta de Temporada Cena: Patata + Ave + Fruta	26 Papas con Choco. Tortilla Francesa. Tomate Aliñado con AOVE Pan y Agua Fruta de Temporada Cena: Verdura + Pescado + Lácteo	27 Coliflor Gratinada Lentejas Con Arroz. Ensalada de Lechuga y Zanahoria Pan y Agua Fruta de Temporada Cena: Arroz + Huevo + Fruta

mediterránea

VALORACIÓN NUTRICIONAL: Energía: Kcal, Lípidos: g, Proteínas: g, Hidratos de Carbono: g
FRUTA VARIADA Y DE TEMPORADA (Manzana, pera, naranja, mandarina y plátano)

R.D. 1169/2011 La información relativa a los alérgenos de nuestros platos, se encuentra en el Centro. Cualquier duda al respecto, nuestro personal le atenderá.

Menú Toledo Marzo 2026

Sin Carne - - Colegio Rosa Parks (Toledo)

Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes
2 Lentejas Estofadas con Verduras. Delicias de Bacalao Ensalada de Lechuga y Tomate Pan y Agua Fruta de Temporada Cena: Patata + Pescado + Fruta	3 Arroz con Tomate. Merluza a la Riojana. Pimientos Asados Pan Integral y Agua Fruta de Temporada Cena: Verdura + Huevo + Lácteo	4 Crema de Zanahoria ECO. Abadejo al Horno. Ensalada Pan y Agua Fruta de Temporada Cena: Pasta + Verdura + Fruta	5 Garbanzos Estofados con Verduras. Tortilla Francesa. Tomate Aliñado con AOVE Pan y Agua Fruta de Temporada Cena: Arroz + Pescado + Lácteo	6 Macarrones al Ajillo Salmón en Salsa de Eneldo. Ensalada de Lechuga y Zanahoria Pan y Agua Yogur Cena: Verdura + Huevo + Fruta
9 Brócoli Rehogado con Ajitos Tortilla de Patata con Cebolla. Ensalada de Lechuga y Tomate Pan y Agua Fruta de Temporada Cena: Arroz + Verdura + Fruta	10 Garbanzos a la Catalana. Salmón al Horno. Pimientos Asados Pan Integral y Agua Fruta de Temporada Cena: Verdura + Huevo + Lácteo	11 Menestra de Verduras a la Riojana Tortilla Francesa. Ensalada Pan y Agua Fruta de Temporada Cena: Pasta + Verdura + Fruta	12 Arroz con Tomate. Albóndigas de Merluza Zanahoria Rehogada. Pan y Agua Fruta de Temporada Cena: Verdura + Huevo + Lácteo	13 Judías Blancas Estofadas con Verduras. Espirales con Atún. Ensalada de Lechuga y Maíz Pan y Agua Fruta de Temporada Cena: Patata + Pescado + Fruta
16 Lentejas Castellanas Abadejo a la Bilbaina. Ensalada de Lechuga y Zanahoria Pan y Agua Fruta de Temporada Cena: Arroz + Huevo + Fruta	17 Coditos con salsa al Pepe Tortilla Francesa. Ensalada de Lechuga y Maíz Pan Integral y Agua Fruta de Temporada Cena: Verdura + Pescado + Lácteo	18 Judías Verdes con Tomate. Merluza al Horno. Pimientos Asados Pan y Agua Fruta de Temporada Cena: Arroz + Huevo + Fruta	19 Arroz Campesina. Tortilla de Patata con Cebolla. Ensalada de Lechuga y Zanahoria Pan y Agua Fruta de Temporada Cena: Verdura + Pescado + Lácteo	20 Crema de Calabacín ECO. Palometa con Tomate. Arroz Pilaf Pan y Agua Yogur Cena: Verdura + Legumbre + Fruta
23 Arroz con Tomate. Caballa en Aceite Ensalada de Lechuga y Cebolla Pan y Agua Fruta de Temporada Cena: Verdura + Huevo + Fruta	24 Garbanzos Estofados con Patata Huevos Villarroy Ensalada Pan Integral y Agua Fruta de Temporada Cena: Verdura + Pescado + Lácteo	25 Macarrones con Tomate Merluza Empanada Ensalada de Lechuga y Maíz Pan y Agua Fruta de Temporada Cena: Verdura + Legumbre + Fruta	26 Papas con Choco. Tortilla Francesa. Tomate Aliñado con AOVE Pan y Agua Fruta de Temporada Cena: Verdura + Pescado + Lácteo	27 Coliflor Gratinada Lentejas Con Arroz. Ensalada de Lechuga y Zanahoria Pan y Agua Fruta de Temporada Cena: Patata + Huevo + Fruta

mediterránea

VALORACIÓN NUTRICIONAL: Energía: Kcal, Lípidos: g, Proteínas: g, Hidratos de Carbono: g
FRUTA VARIADA Y DE TEMPORADA (Manzana, pera, naranja, mandarina y plátano)

R.D. 1169/2011 La información relativa a los alérgenos de nuestros platos, se encuentra en el Centro. Cualquier duda al respecto, nuestro personal le atenderá.

Menú Toledo Marzo 2026

Sin Cerdo ni Tomate - - Colegio Rosa Parks (Toledo)

Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes
2 Lentejas Estofadas Sin Tomate Filete de Pollo al Horno Zanahoria Rehogada. Pan y Agua Fruta de Temporada Cena: Patata + Pescado + Fruta	3 Arroz Rehogado. Merluza al Horno. Pimientos Asados Pan Integral y Agua Fruta de Temporada Cena: Verdura + Ave + Lácteo	4 Crema de Zanahoria ECO. Caballa en Aceite Champiñón Rehogado Pan y Agua Fruta de Temporada Cena: Patata + Carne + Fruta	5 Garbanzos Estofados con Verduras. Tortilla Francesa. Calabacín Rehogado Pan y Agua Fruta de Temporada Cena: Arroz + Ave + Lácteo	6 Macarrones al Ajillo Salmón en Salsa de Eneldo. Ensalada de Lechuga y Zanahoria Pan y Agua Yogur Cena: Verdura + Huevo + Fruta
9 Brócoli Rehogado con Ajitos Tortilla de Patata con Cebolla. Pimientos Asados Pan y Agua Fruta de Temporada Cena: Arroz + Carne + Fruta	10 Sopa de Fideos Garbanzos con Carne de Pollo, Ternera, Patata y Zanahoria Pan Integral y Agua Fruta de Temporada Cena: Verdura + Pescado + Lácteo	11 Menestra de Verduras a la Riojana Pollo Asado Patatas Panadera. Pan y Agua Fruta de Temporada Cena: Pasta + Huevo + Fruta	12 Arroz Rehogado. Albóndigas de Merluza Zanahoria Rehogada. Pan y Agua Fruta de Temporada Cena: Verdura + Ave + Lácteo	13 Judías Blancas Estofadas con Verduras. Pasta Rehogada con Atún Ensalada de Lechuga y Maíz Pan y Agua Fruta de Temporada Cena: Patata + Pescado + Fruta
16 Lentejas Castellanas sin Tomate Abadejo a la Bilbaina. Ensalada de Lechuga y Zanahoria Pan y Agua Fruta de Temporada Cena: Arroz + Carne + Fruta	17 Coditos con salsa al Pepe Albóndigas de Pollo en Salsa. Ensalada de Lechuga y Maíz Pan Integral y Agua Fruta de Temporada Cena: Verdura + Pescado + Lácteo	18 Judías Verdes Rehogadas. Filete de Pollo al Horno Patatas Panadera. Pan y Agua Fruta de Temporada Cena: Arroz + Huevo + Fruta	19 Arroz Campesina Sin Tomate Tortilla de Patata con Cebolla. Ensalada de Lechuga y Zanahoria Pan y Agua Fruta de Temporada Cena: Verdura + Pescado + Lácteo	20 Crema de Calabacín ECO. Palometa al Horno. Arroz Pilaf Pan y Agua Yogur Cena: Patata + Ave + Fruta
23 Arroz Rehogado. Caballa en Aceite Ensalada de Lechuga y Cebolla Pan y Agua Fruta de Temporada Cena: Verdura + Carne + Fruta	24 Sopa de Fideos Garbanzos con Carne de Pollo, Ternera, Patata y Zanahoria Pan Integral y Agua Fruta de Temporada Cena: Verdura + Pescado + Lácteo	25 Pasta Salteada Merluza Empanada Ensalada de Lechuga y Maíz Pan y Agua Fruta de Temporada Cena: Patata + Ave + Fruta	26 Estofado de Patatas con Verduras. Tortilla Francesa. Champiñón Rehogado Pan y Agua Fruta de Temporada Cena: Verdura + Pescado + Lácteo	27 Coliflor Gratinada Lentejas Con Arroz sin Tomate Ensalada de Lechuga y Zanahoria Pan y Agua Fruta de Temporada Cena: Arroz + Huevo + Fruta

mediterránea

FRUTA VARIADA Y DE TEMPORADA (Manzana, pera, mandarina y plátano)
R.D. 1169/2011 La información relativa a los alérgenos de nuestros platos, se encuentra en el Centro. Cualquier duda al respecto, nuestro personal le atenderá.