



SAGRADO CORAZON
Noviembre 2025
Basal colegio

Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes
Día 3	Día 4	Día 5	Día 6	Día 7
ESPIRALES CON TOMATE FRITO FILETE DE PLATJA CON LECHUGA YOGUR NATURAL SIN AZUCAR PAN	PURE DE VERDURAS LOMO ADOBADO DE CERDO CON PIMIENTOS MORRONES FRUTA FRESCA DE TEMPORADA PAN	LENTEJAS ABADEJO AL HORNO EN SALSA MEDITERRÁNEA FRUTA FRESCA DE TEMPORADA PAN	ALUBIA VERDE ESTOFADO DE PAVO FRESCO CON VERDURAS YOGUR NATURAL SIN AZUCAR PAN	ARROZ BLANCO CON TOMATE NATURAL ESCALOPE DE CERDO CASERO FRUTA FRESCA DE TEMPORADA PAN MIFIBRA
Día 10	Día 11	Día 12	Día 13	Día 14
ARROZ BLANCO CON TOMATE NATURAL SAN JACOBO CON ALUBIA VERDE REDONDILLA FRUTA FRESCA DE TEMPORADA PAN	ALUBIAS BLANCAS MERLUZA EN SALSA VERDE YOGUR NATURAL SIN AZUCAR PAN	PURE DE ACELGA ACELGA FRESCA REDONDO DE TERNERA FRESCA EN SALSA CON PATATAS FRUTA FRESCA DE TEMPORADA PAN	SOPA DE COCIDO ESCALOPIN DE POLLO FRESCO EN SALSA CON ZANAHORIA BABY FRUTA FRESCA DE TEMPORADA PAN	CREMA DE CALABACIN TORTILLA DE PATATA CON LECHUGA YOGUR NATURAL SIN AZUCAR PAN MIFIBRA
Día 17	Día 18	Día 19	Día 20	Día 21
CREMA DE CALABAZA BLANQUETA DE CERDO YOGUR NATURAL SIN AZUCAR PAN	PATATAS FRESCAS CON CHORIZO MUSLO DE POLLO FRESCO ASADO CON CALABACÍN FRUTA FRESCA DE TEMPORADA PAN	MACARRONES INTEGRALES CON TOMATE NATURAL CROQUETAS ARTESANAS DE JAMON CON LECHUGA FRUTA FRESCA DE TEMPORADA PAN	ALUBIA VERDE ALBONDIGAS EN SALSA VEGETAL CON ARROZ BLANCO YOGUR NATURAL SIN AZUCAR PAN	LENTEJAS MERLUZA A LA MEDITERRANEA FRUTA FRESCA DE TEMPORADA PAN MIFIBRA
Día 24	Día 25	Día 26	Día 27	Día 28
ARROZ TRES DELICIAS BOQUERONES EN TEMPURA CON TOMATE FRESCO FRUTA FRESCA DE TEMPORADA PAN	COUS COUS CON BROCOLI Y ZANAHORIA ESTOFADO DE PAVO FRESCO CON VERDURAS YOGUR NATURAL SIN AZUCAR PAN	ALUBIAS PINTAS POLLO A LA JARDINERA FRUTA FRESCA DE TEMPORADA PAN	BORRAJA CON PATATA LOMO A LA RIOJANA YOGUR NATURAL SIN AZUCAR PAN	MACARRONES CON TOMATE NATURAL MERLUZA AL ESTILO ORIO CON PATATAS FRUTA FRESCA DE TEMPORADA PAN MIFIBRA



SAGRADO CORAZON
Noviembre 2025
Cuidadora colegio

Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes
Día 3	Día 4	Día 5	Día 6	Día 7
ESPIRALES CON TOMATE FRITO FILETE DE PLATJA CON LECHUGA YOGUR NATURAL SIN AZUCAR PAN ENSALADA DE LA CASA	PURE DE VERDURAS LOMO ADOBADO DE CERDO CON PIMIENTOS MORRONES FRUTA FRESCA DE TEMPORADA PAN ENSALADA DE LA CASA	LENTEJAS ABADEJO AL HORNO EN SALSA MEDITERRÁNEA FRUTA FRESCA DE TEMPORADA PAN ENSALADA DE LA CASA	ALUBIA VERDE ESTOFADO DE PAVO FRESCO CON VERDURAS YOGUR NATURAL SIN AZUCAR PAN ENSALADA DE LA CASA	ARROZ BLANCO CON TOMATE NATURAL ESCALOPE DE CERDO CASERO FRUTA FRESCA DE TEMPORADA PAN MIFIBRA ENSALADA DE LA CASA
Día 10	Día 11	Día 12	Día 13	Día 14
ARROZ BLANCO CON TOMATE NATURAL SAN JACOBO CON ALUBIA VERDE REDONDILLA FRUTA FRESCA DE TEMPORADA PAN ENSALADA DE LA CASA	ALUBIAS BLANCAS MERLUZA EN SALSA VERDE YOGUR NATURAL SIN AZUCAR PAN ENSALADA DE LA CASA	PURE DE ACELGA ACELGA FRESCA REDONDO DE TERNERA FRESCA EN SALSA CON PATATAS FRUTA FRESCA DE TEMPORADA PAN ENSALADA DE LA CASA	SOPA DE COCIDO ESCALOPIN DE POLLO FRESCO EN SALSA CON ZANAHORIA BABY FRUTA FRESCA DE TEMPORADA PAN ENSALADA DE LA CASA	CREMA DE CALABACIN TORTILLA DE PATATA CON LECHUGA YOGUR NATURAL SIN AZUCAR PAN MIFIBRA ENSALADA DE LA CASA
Día 17	Día 18	Día 19	Día 20	Día 21
CREMA DE CALABAZA BLANQUETA DE CERDO YOGUR NATURAL SIN AZUCAR PAN ENSALADA DE LA CASA	PATATAS FRESCAS CON CHORIZO MUSLO DE POLLO FRESCO ASADO CON CALABACÍN FRUTA FRESCA DE TEMPORADA PAN ENSALADA DE LA CASA	MACARRONES INTEGRALES CON TOMATE NATURAL CROQUETAS ARTESANAS DE JAMON CON LECHUGA FRUTA FRESCA DE TEMPORADA PAN ENSALADA DE LA CASA	ALUBIA VERDE ALBONDIGAS EN SALSA VEGETAL CON ARROZ BLANCO YOGUR NATURAL SIN AZUCAR PAN ENSALADA DE LA CASA	LENTEJAS MERLUZA A LA MEDITERRANEA FRUTA FRESCA DE TEMPORADA PAN MIFIBRA ENSALADA DE LA CASA
Día 24	Día 25	Día 26	Día 27	Día 28
ARROZ TRES DELICIAS BOQUERONES EN TEMPURA CON TOMATE FRESCO FRUTA FRESCA DE TEMPORADA PAN ENSALADA DE LA CASA	COUS COUS CON BROCOLI Y ZANAHORIA ESTOFADO DE PAVO FRESCO CON VERDURAS YOGUR NATURAL SIN AZUCAR PAN ENSALADA DE LA CASA	ALUBIAS PINTAS POLLO A LA JARDINERA FRUTA FRESCA DE TEMPORADA PAN ENSALADA DE LA CASA	BORRAJA CON PATATA LOMO A LA RIOJANA YOGUR NATURAL SIN AZUCAR PAN ENSALADA DE LA CASA	MACARRONES CON TOMATE NATURAL MERLUZA AL ESTILO ORIO CON PATATAS FRUTA FRESCA DE TEMPORADA PAN MIFIBRA ENSALADA DE LA CASA



SAGRADO CORAZON
Noviembre 2025
Dieta Vegana (cole)

Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes
Día 3	Día 4	Día 5	Día 6	Día 7
ESPIRALES CON TOMATE FRITO ESPINACAS AL AJILLO POSTRE SOJA ALPRO NATURAL PAN	PURE DE VERDURAS ARROZ BLANCO CON TOMATE FRITO FRUTA FRESCA DE TEMPORADA PAN	LENTEJAS COLIFLOR CON AJITOS FRUTA FRESCA DE TEMPORADA PAN	ALUBIA VERDE MACARRONES CON TOMATE FRITO POSTRE SOJA ALPRO NATURAL PAN	CREMA DE CALABAZA GARBANZOS ECOLOGICOS Y DE PROXIMIDAD CON PATATA FRUTA FRESCA DE TEMPORADA PAN
Día 10	Día 11	Día 12	Día 13	Día 14
ARROZ SEMI INTEGRAL ECO PX CON TOMATE NATURAL PORRUSALDA FRUTA FRESCA DE TEMPORADA PAN	ALUBIAS BLANCAS BROCOLI CON ZANAHORIA Y AJITOS POSTRE SOJA ALPRO NATURAL PAN	PURE DE ACELGA ACELGA FRESCA LENTEJAS ECOLOGICAS DE PROXIMIDAD CON ARROZ FRUTA FRESCA DE TEMPORADA PAN	MENESTRA DE VERDURAS Sin jamón MACARRONES CON TOMATE FRITO FRUTA FRESCA DE TEMPORADA PAN	CREMA DE CALABACIN ARROZ BLANCO CON TOMATE FRITO POSTRE SOJA ALPRO NATURAL PAN
Día 17	Día 18	Día 19	Día 20	Día 21
CREMA DE CALABAZA ARROZ BLANCO CON TOMATE FRITO POSTRE SOJA ALPRO NATURAL PAN	PATATAS GUIADAS CON VERDURAS CARDÓ A LA NAVARRA Sin jamón FRUTA FRESCA DE TEMPORADA PAN	MACARRONES INTEGRALES CON TOMATE NATURAL GUISANTES CON PATATA FRUTA FRESCA DE TEMPORADA PAN	ALUBIA VERDE ARROZ BLANCO CON TOMATE FRITO POSTRE SOJA ALPRO NATURAL PAN	LENTEJAS ESPINACAS AL AJILLO FRUTA FRESCA DE TEMPORADA PAN
Día 24	Día 25	Día 26	Día 27	Día 28
ARROZ BLANCO CON TOMATE NATURAL CREMA DE PUERROS FRUTA FRESCA DE TEMPORADA PAN	BROCOLI CON ZANAHORIA Y AJITOS ESPIRALES CON TOMATE FRITO POSTRE SOJA ALPRO NATURAL PAN	MENESTRA DE VERDURAS Sin jamón ALUBIAS PINTAS FRUTA FRESCA DE TEMPORADA PAN	BORRAJA CON PATATA ARROZ BLANCO CON TOMATE FRITO POSTRE SOJA ALPRO NATURAL PAN	PURE DE VERDURAS FRESCAS ECOLOGICAS PX MACARRONES CON TOMATE NATURAL FRUTA FRESCA DE TEMPORADA PAN



SAGRADO CORAZON
Noviembre 2025
NO gluten (cole)

Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes
Día 3	Día 4	Día 5	Día 6	Día 7
#MACARRONES ESPECIALES CON TOMATE FRITO #ATÚN A LA CATALANA (Con tomate) YOGUR NATURAL SIN AZUCAR #PAN SIN GLUTEN	PURE DE VERDURAS LOMO ADOBADO DE CERDO CON PIMIENTOS MORRONES FRUTA FRESCA DE TEMPORADA #PAN SIN GLUTEN	#GARBANZOS ABADEJO AL HORNO EN SALSA MEDITERRÁNEA FRUTA FRESCA DE TEMPORADA #PAN SIN GLUTEN	ALUBIA VERDE ESTOFADO DE PAVO FRESCO CON VERDURAS YOGUR NATURAL SIN AZUCAR #PAN SIN GLUTEN	ARROZ BLANCO CON TOMATE NATURAL #(D) CABEZADA REBOZADA CASERA Sin gluten FRUTA FRESCA DE TEMPORADA #PAN SIN GLUTEN
Día 10	Día 11	Día 12	Día 13	Día 14
ARROZ BLANCO CON TOMATE NATURAL #LOMO DE CERDO A LA PLANCHA CON ALUBIA VERDE REDONDILLA FRUTA FRESCA DE TEMPORADA #PAN SIN GLUTEN	ALUBIAS BLANCAS #FILETE DE MERLUZA AL HORNO CON SALSA DE HORTALIZAS YOGUR NATURAL SIN AZUCAR #PAN SIN GLUTEN	PURE DE ACELGA ACELGA FRESCA REDONDO DE TERNERA FRESCA EN SALSA CON PATATAS FRUTA FRESCA DE TEMPORADA #PAN SIN GLUTEN	#(D) SOPA especial DE FIDEOS #POLLO FRESCO A LA PLANCHA CON ZANAHORIA BABY FRUTA FRESCA DE TEMPORADA #PAN SIN GLUTEN	CREMA DE CALABACIN TORTILLA DE PATATA CON LECHUGA YOGUR NATURAL SIN AZUCAR #PAN SIN GLUTEN
Día 17	Día 18	Día 19	Día 20	Día 21
CREMA DE CALABAZA BLANQUETA DE CERDO YOGUR NATURAL SIN AZUCAR #PAN SIN GLUTEN	PATATAS FRESCAS CON CHORIZO MUSLO DE POLLO FRESCO ASADO CON CALABACÍN FRUTA FRESCA DE TEMPORADA #PAN SIN GLUTEN	#MACARRONES ESPECIALES CON TOMATE NATURAL #CROQUETAS DE JAMÓN Sin alergenos CON LECHUGA FRUTA FRESCA DE TEMPORADA #PAN SIN GLUTEN	ALUBIA VERDE #POLLO FRESCO A LA PLANCHA CON ARROZ BLANCO YOGUR NATURAL SIN AZUCAR #PAN SIN GLUTEN	#ESPINACAS AL AJILLO MERLUZA A LA MEDITERRANEA FRUTA FRESCA DE TEMPORADA #PAN SIN GLUTEN
Día 24	Día 25	Día 26	Día 27	Día 28
ARROZ TRES DELICIAS #BACALAO AL AJOARRIERO FRUTA FRESCA DE TEMPORADA #PAN SIN GLUTEN	#BROCOLI CON ZANAHORIA Y AJITOS ESTOFADO DE PAVO FRESCO CON VERDURAS YOGUR NATURAL SIN AZUCAR #PAN SIN GLUTEN	ALUBIAS PINTAS POLLO A LA JARDINERA FRUTA FRESCA DE TEMPORADA #PAN SIN GLUTEN	BORRAJA CON PATATA LOMO A LA RIOJANA YOGUR NATURAL SIN AZUCAR #PAN SIN GLUTEN	#MACARRONES ESPECIALES CON TOMATE NATURAL MERLUZA AL ESTILO ORIO CON PATATAS FRUTA FRESCA DE TEMPORADA #PAN SIN GLUTEN



SAGRADO CORAZON
Noviembre 2025
NO prunáceas (cole)

Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes
Día 3	Día 4	Día 5	Día 6	Día 7
ESPIRALES CON TOMATE FRITO FILETE DE PLATÍJA CON LECHUGA YOGUR NATURAL SIN AZUCAR PAN	PURE DE VERDURAS LOMO ADOBADO DE CERDO CON PIMIENTOS MORRONES #NO PRUNACEAS PAN	LENTEJAS ABADEJO AL HORNO EN SALSA MEDITERRÁNEA #NO PRUNACEAS PAN	ALUBIA VERDE ESTOFADO DE PAVO FRESCO CON VERDURAS YOGUR NATURAL SIN AZUCAR PAN	ARROZ BLANCO CON TOMATE NATURAL ESCALOPE DE CERDO CASERO #NO PRUNACEAS PAN MIFIBRA
Día 10	Día 11	Día 12	Día 13	Día 14
ARROZ BLANCO CON TOMATE NATURAL SAN JACOBO CON ALUBIA VERDE REDONDILLA #NO PRUNACEAS PAN	ALUBIAS BLANCAS MERLUZA EN SALSA VERDE YOGUR NATURAL SIN AZUCAR PAN	PURE DE ACELGA ACELGA FRESCA REDONDO DE TERNERA FRESCA EN SALSA CON PATATAS #NO PRUNACEAS PAN	SOPA DE COCIDO ESCALOPIN DE POLLO FRESCO EN SALSA CON ZANAHORIA BABY #NO PRUNACEAS PAN	CREMA DE CALABACIN TORTILLA DE PATATA CON LECHUGA YOGUR NATURAL SIN AZUCAR PAN MIFIBRA
Día 17	Día 18	Día 19	Día 20	Día 21
CREMA DE CALABAZA BLANQUETA DE CERDO YOGUR NATURAL SIN AZUCAR PAN	PATATAS FRESCAS CON CHORIZO MUSLO DE POLLO FRESCO ASADO CON CALABACÍN #NO PRUNACEAS PAN	MACARRONES INTEGRALES CON TOMATE NATURAL CROQUETAS ARTESANAS DE JAMON CON LECHUGA #NO PRUNACEAS PAN	ALUBIA VERDE ALBONDIGAS EN SALSA VEGETAL CON ARROZ BLANCO YOGUR NATURAL SIN AZUCAR PAN	LENTEJAS MERLUZA A LA MEDITERRANEA #NO PRUNACEAS PAN MIFIBRA
Día 24	Día 25	Día 26	Día 27	Día 28
ARROZ TRES DELICIAS BOQUERONES EN TEMPURA CON TOMATE FRESCO #NO PRUNACEAS PAN	COUS COUS CON BROCOLI Y ZANAHORIA ESTOFADO DE PAVO FRESCO CON VERDURAS YOGUR NATURAL SIN AZUCAR PAN	ALUBIAS PINTAS POLLO A LA JARDINERA #NO PRUNACEAS PAN	BORRAJA CON PATATA LOMO A LA RIOJANA YOGUR NATURAL SIN AZUCAR PAN	MACARRONES CON TOMATE NATURAL MERLUZA AL ESTILO ORIO CON PATATAS #NO PRUNACEAS PAN MIFIBRA



SAGRADO CORAZON
Noviembre 2025
NO pescado (cole)

Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes
Día 3	Día 4	Día 5	Día 6	Día 7
ESPIRALES CON TOMATE FRITO #TORTILLA ECOLOGICA CON CHORIZO CON LECHUGA YOGUR NATURAL SIN AZUCAR PAN	PURE DE VERDURAS LOMO ADOBADO DE CERDO CON PIMIENTOS MORRONES FRUTA FRESCA DE TEMPORADA PAN	LENTEJAS #FILETE DE TERNERA FRESCO A LA PLANCHA EN SALSA MEDITERRÁNEA FRUTA FRESCA DE TEMPORADA PAN	ALUBIA VERDE ESTOFADO DE PAVO FRESCO CON VERDURAS YOGUR NATURAL SIN AZUCAR PAN	ARROZ BLANCO CON TOMATE NATURAL ESCALOPE DE CERDO CASERO FRUTA FRESCA DE TEMPORADA #PAN
Día 10	Día 11	Día 12	Día 13	Día 14
ARROZ BLANCO CON TOMATE NATURAL #LOMO DE CERDO A LA PLANCHA CON ALUBIA VERDE REDONDILLA FRUTA FRESCA DE TEMPORADA PAN	ALUBIAS BLANCAS #JAMONCITOS DE POLLO FRESCO AL CHILINDRÓN YOGUR NATURAL SIN AZUCAR PAN	PURE DE ACELGA ACELGA FRESCA REDONDO DE TERNERA FRESCA EN SALSA CON PATATAS FRUTA FRESCA DE TEMPORADA PAN	SOPA DE COCIDO ESCALOPIN DE POLLO FRESCO EN SALSA CON ZANAHORIA BABY FRUTA FRESCA DE TEMPORADA PAN	CREMA DE CALABACIN TORTILLA DE PATATA CON LECHUGA YOGUR NATURAL SIN AZUCAR #PAN
Día 17	Día 18	Día 19	Día 20	Día 21
CREMA DE CALABAZA BLANQUETA DE CERDO YOGUR NATURAL SIN AZUCAR PAN	PATATAS FRESCAS CON CHORIZO MUSLO DE POLLO FRESCO ASADO CON CALABACÍN FRUTA FRESCA DE TEMPORADA PAN	MACARRONES INTEGRALES CON TOMATE NATURAL #CROQUETAS DE JAMÓN Sin alergenos CON LECHUGA FRUTA FRESCA DE TEMPORADA PAN	ALUBIA VERDE ALBONDIGAS EN SALSA VEGETAL CON ARROZ BLANCO YOGUR NATURAL SIN AZUCAR PAN	LENTEJAS #FILETE DE TERNERA FRESCO A LA PLANCHA EN SALSA MEDITERRÁNEA FRUTA FRESCA DE TEMPORADA #PAN
Día 24	Día 25	Día 26	Día 27	Día 28
ARROZ TRES DELICIAS #TORTILLA CON YORK Y PATATA ECOLOGICA PX FRUTA FRESCA DE TEMPORADA PAN	COUS COUS CON BROCOLI Y ZANAHORIA ESTOFADO DE PAVO FRESCO CON VERDURAS YOGUR NATURAL SIN AZUCAR PAN	ALUBIAS PINTAS POLLO A LA JARDINERA FRUTA FRESCA DE TEMPORADA PAN	BORRAJA CON PATATA LOMO A LA RIOJANA YOGUR NATURAL SIN AZUCAR PAN	MACARRONES CON TOMATE NATURAL #JAMONCITOS DE POLLO FRESCO AL AJILLO FRUTA FRESCA DE TEMPORADA #PAN



SAGRADO CORAZON
Noviembre 2025
NO plátano (cole)

Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes
Día 3	Día 4	Día 5	Día 6	Día 7
ESPIRALES CON TOMATE FRITO FILETE DE PLATÍJA CON LECHUGA YOGUR NATURAL SIN AZUCAR PAN	PURE DE VERDURAS LOMO ADOBADO DE CERDO CON PIMIENTOS MORRONES #NO PLÁTANO PAN	LENTEJAS ABADEJO AL HORNO EN SALSA MEDITERRÁNEA #NO PLÁTANO PAN	ALUBIA VERDE ESTOFADO DE PAVO FRESCO CON VERDURAS YOGUR NATURAL SIN AZUCAR PAN	ARROZ BLANCO CON TOMATE NATURAL ESCALOPE DE CERDO CASERO #NO PLÁTANO PAN MIFIBRA
Día 10	Día 11	Día 12	Día 13	Día 14
ARROZ BLANCO CON TOMATE NATURAL SAN JACOBO CON ALUBIA VERDE REDONDILLA #NO PLÁTANO PAN	ALUBIAS BLANCAS MERLUZA EN SALSA VERDE YOGUR NATURAL SIN AZUCAR PAN	PURE DE ACELGA ACELGA FRESCA REDONDO DE TERNERA FRESCA EN SALSA CON PATATAS #NO PLÁTANO PAN	SOPA DE COCIDO ESCALOPIN DE POLLO FRESCO EN SALSA CON ZANAHORIA BABY #NO PLÁTANO PAN	CREMA DE CALABACIN TORTILLA DE PATATA CON LECHUGA YOGUR NATURAL SIN AZUCAR PAN MIFIBRA
Día 17	Día 18	Día 19	Día 20	Día 21
CREMA DE CALABAZA BLANQUETA DE CERDO YOGUR NATURAL SIN AZUCAR PAN	PATATAS FRESCAS CON CHORIZO MUSLO DE POLLO FRESCO ASADO CON CALABACÍN #NO PLÁTANO PAN	MACARRONES INTEGRALES CON TOMATE NATURAL CROQUETAS ARTESANAS DE JAMON CON LECHUGA #NO PLÁTANO PAN	ALUBIA VERDE ALBONDIGAS EN SALSA VEGETAL CON ARROZ BLANCO YOGUR NATURAL SIN AZUCAR PAN	LENTEJAS MERLUZA A LA MEDITERRANEA #NO PLÁTANO PAN MIFIBRA
Día 24	Día 25	Día 26	Día 27	Día 28
ARROZ TRES DELICIAS BOQUERONES EN TEMPURA CON TOMATE FRESCO #NO PLÁTANO PAN	COUS COUS CON BROCOLI Y ZANAHORIA ESTOFADO DE PAVO FRESCO CON VERDURAS YOGUR NATURAL SIN AZUCAR PAN	ALUBIAS PINTAS POLLO A LA JARDINERA #NO PLÁTANO PAN	BORRAJA CON PATATA LOMO A LA RIOJANA YOGUR NATURAL SIN AZUCAR PAN	MACARRONES CON TOMATE NATURAL MERLUZA AL ESTILO ORIO CON PATATAS #NO PLÁTANO PAN MIFIBRA



SAGRADO CORAZON
Noviembre 2025
NO F. secos (cole)

Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes
Día 3	Día 4	Día 5	Día 6	Día 7
ESPIRALES CON TOMATE FRITO #ATÚN A LA CATALANA (Con tomate) YOGUR NATURAL SIN AZUCAR PAN	PURE DE VERDURAS LOMO ADOBADO DE CERDO CON PIMIENTOS MORRONES FRUTA FRESCA DE TEMPORADA PAN	LENTEJAS ABADEJO AL HORNO EN SALSA MEDITERRÁNEA FRUTA FRESCA DE TEMPORADA PAN	ALUBIA VERDE ESTOFADO DE PAVO FRESCO CON VERDURAS YOGUR NATURAL SIN AZUCAR PAN	ARROZ BLANCO CON TOMATE NATURAL ESCALOPE DE CERDO CASERO FRUTA FRESCA DE TEMPORADA #PAN
Día 10	Día 11	Día 12	Día 13	Día 14
ARROZ BLANCO CON TOMATE NATURAL #LOMO DE CERDO A LA PLANCHA CON ALUBIA VERDE REDONDILLA FRUTA FRESCA DE TEMPORADA PAN	ALUBIAS BLANCAS MERLUZA EN SALSA VERDE YOGUR NATURAL SIN AZUCAR PAN	PURE DE ACELGA ACELGA FRESCA REDONDO DE TERNERA FRESCA EN SALSA CON PATATAS FRUTA FRESCA DE TEMPORADA PAN	SOPA DE COCIDO ESCALOPIN DE POLLO FRESCO EN SALSA CON ZANAHORIA BABY FRUTA FRESCA DE TEMPORADA PAN	CREMA DE CALABACIN TORTILLA DE PATATA CON LECHUGA YOGUR NATURAL SIN AZUCAR #PAN
Día 17	Día 18	Día 19	Día 20	Día 21
CREMA DE CALABAZA BLANQUETA DE CERDO YOGUR NATURAL SIN AZUCAR PAN	PATATAS FRESCAS CON CHORIZO MUSLO DE POLLO FRESCO ASADO CON CALABACÍN FRUTA FRESCA DE TEMPORADA PAN	MACARRONES INTEGRALES CON TOMATE NATURAL #CROQUETAS DE JAMÓN Sin alergenos CON LECHUGA FRUTA FRESCA DE TEMPORADA PAN	ALUBIA VERDE ALBONDIGAS EN SALSA VEGETAL CON ARROZ BLANCO YOGUR NATURAL SIN AZUCAR PAN	LENTEJAS MERLUZA A LA MEDITERRANEA FRUTA FRESCA DE TEMPORADA #PAN
Día 24	Día 25	Día 26	Día 27	Día 28
ARROZ TRES DELICIAS BOQUERONES EN TEMPURA CON TOMATE FRESCO FRUTA FRESCA DE TEMPORADA PAN	COUS COUS CON BROCOLI Y ZANAHORIA ESTOFADO DE PAVO FRESCO CON VERDURAS YOGUR NATURAL SIN AZUCAR PAN	ALUBIAS PINTAS POLLO A LA JARDINERA FRUTA FRESCA DE TEMPORADA PAN	BORRAJA CON PATATA LOMO A LA RIOJANA YOGUR NATURAL SIN AZUCAR PAN	MACARRONES CON TOMATE NATURAL MERLUZA AL ESTILO ORIO CON PATATAS FRUTA FRESCA DE TEMPORADA #PAN

**SAGRADO CORAZON****Noviembre 2025****NO legumbre, NO huevo, NO bacalao, NO rosáceas cole**

Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes
Día 3	Día 4	Día 5	Día 6	Día 7
#MACARRONES ESPECIALES CON TOMATE FRITO #ATÚN A LA CATALANA (Con tomate) YOGUR NATURAL SIN AZUCAR PAN	PURE DE VERDURAS #POLLO FRESCO A LA PLANCHA CON PIMIENTOS MORRONES #NO ROSACEAS PAN	#COLIFLOR CON AJITOS ABADEJO AL HORNO EN SALSA MEDITERRÁNEA #NO ROSACEAS PAN	#SOPA DE PESCADO CASERA ESTOFADO DE PAVO FRESCO CON VERDURAS YOGUR NATURAL SIN AZUCAR PAN	ARROZ BLANCO CON TOMATE NATURAL #LOMO DE CERDO A LA PLANCHA CON LECHUGA #NO ROSACEAS #PAN
Día 10	Día 11	Día 12	Día 13	Día 14
ARROZ BLANCO CON TOMATE NATURAL #LOMO DE CERDO A LA PLANCHA #CON CHAMPIÑÓN #NO ROSACEAS PAN	#BROCOLI CON ZANAHORIA Y AJITOS #FILETE DE MERLUZA AL HORNO CON SALSA DE HORTALIZAS YOGUR NATURAL SIN AZUCAR PAN	PURE DE ACELGA ACELGA FRESCA REDONDO DE TERNERA FRESCA EN SALSA CON PATATAS #NO ROSACEAS PAN	#(D) SOPA especial DE FIDEOS #POLLO FRESCO A LA PLANCHA CON ZANAHORIA BABY #NO ROSACEAS PAN	CREMA DE CALABACIN #FILETE DE TERNERA FRESCO A LA PLANCHA #CON PURE DE PATATA YOGUR NATURAL SIN AZUCAR #PAN
Día 17	Día 18	Día 19	Día 20	Día 21
CREMA DE CALABAZA BLANQUETA DE CERDO YOGUR NATURAL SIN AZUCAR PAN	#(D) CARDO SALTEADO MUSLO DE POLLO FRESCO ASADO CON CALABACÍN #NO ROSACEAS PAN	#MACARRONES ESPECIALES CON TOMATE NATURAL #CROQUETAS DE JAMÓN Sin alergenos CON LECHUGA #NO ROSACEAS PAN	#PORRUSALDA #POLLO FRESCO A LA PLANCHA CON ARROZ BLANCO YOGUR NATURAL SIN AZUCAR PAN	#ESPINACAS AL AJILLO MERLUZA A LA MEDITERRANEA #NO ROSACEAS #PAN
Día 24	Día 25	Día 26	Día 27	Día 28
#ARROZ BLANCO CON TOMATE NATURAL #POLLO FRESCO A LA PLANCHA CON TOMATE FRESCO #NO ROSACEAS PAN	#BROCOLI CON ZANAHORIA Y AJITOS ESTOFADO DE PAVO FRESCO CON VERDURAS YOGUR NATURAL SIN AZUCAR PAN	#PURE DE VERDURAS POLLO A LA JARDINERA #NO ROSACEAS PAN	BORRAJA CON PATATA LOMO A LA RIOJANA YOGUR NATURAL SIN AZUCAR PAN	#MACARRONES ESPECIALES CON TOMATE NATURAL MERLUZA AL ESTILO ORIO CON PATATAS #NO ROSACEAS #PAN



SAGRADO CORAZON
Noviembre 2025
NO lentejas (cole)

Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes
Día 3	Día 4	Día 5	Día 6	Día 7
ESPIRALES CON TOMATE FRITO FILETE DE PLATJA CON LECHUGA YOGUR NATURAL SIN AZUCAR PAN	PURE DE VERDURAS LOMO ADOBADO DE CERDO CON PIMIENTOS MORRONES FRUTA FRESCA DE TEMPORADA PAN	#GARBANZOS ABADEJO AL HORNO EN SALSA MEDITERRÁNEA FRUTA FRESCA DE TEMPORADA PAN	ALUBIA VERDE ESTOFADO DE PAVO FRESCO CON VERDURAS YOGUR NATURAL SIN AZUCAR PAN	ARROZ BLANCO CON TOMATE NATURAL ESCALOPE DE CERDO CASERO FRUTA FRESCA DE TEMPORADA PAN MIFIBRA
Día 10	Día 11	Día 12	Día 13	Día 14
ARROZ BLANCO CON TOMATE NATURAL SAN JACOBO CON ALUBIA VERDE REDONDILLA FRUTA FRESCA DE TEMPORADA PAN	ALUBIAS BLANCAS MERLUZA EN SALSA VERDE YOGUR NATURAL SIN AZUCAR PAN	PURE DE ACELGA ACELGA FRESCA REDONDO DE TERNERA FRESCA EN SALSA CON PATATAS FRUTA FRESCA DE TEMPORADA PAN	SOPA DE COCIDO ESCALOPIN DE POLLO FRESCO EN SALSA CON ZANAHORIA BABY FRUTA FRESCA DE TEMPORADA PAN	CREMA DE CALABACIN TORTILLA DE PATATA CON LECHUGA YOGUR NATURAL SIN AZUCAR PAN MIFIBRA
Día 17	Día 18	Día 19	Día 20	Día 21
CREMA DE CALABAZA BLANQUETA DE CERDO YOGUR NATURAL SIN AZUCAR PAN	PATATAS FRESCAS CON CHORIZO MUSLO DE POLLO FRESCO ASADO CON CALABACÍN FRUTA FRESCA DE TEMPORADA PAN	MACARRONES INTEGRALES CON TOMATE NATURAL CROQUETAS ARTESANAS DE JAMON CON LECHUGA FRUTA FRESCA DE TEMPORADA PAN	ALUBIA VERDE ALBONDIGAS EN SALSA VEGETAL CON ARROZ BLANCO YOGUR NATURAL SIN AZUCAR PAN	#ESPINACAS AL AJILLO MERLUZA A LA MEDITERRANEA FRUTA FRESCA DE TEMPORADA PAN MIFIBRA
Día 24	Día 25	Día 26	Día 27	Día 28
ARROZ TRES DELICIAS BOQUERONES EN TEMPURA CON TOMATE FRESCO FRUTA FRESCA DE TEMPORADA PAN	COUS COUS CON BROCOLI Y ZANAHORIA ESTOFADO DE PAVO FRESCO CON VERDURAS YOGUR NATURAL SIN AZUCAR PAN	ALUBIAS PINTAS POLLO A LA JARDINERA FRUTA FRESCA DE TEMPORADA PAN	BORRAJA CON PATATA LOMO A LA RIOJANA YOGUR NATURAL SIN AZUCAR PAN	MACARRONES CON TOMATE NATURAL MERLUZA AL ESTILO ORIO CON PATATAS FRUTA FRESCA DE TEMPORADA PAN MIFIBRA



SAGRADO CORAZON
Noviembre 2025
NO lentejas, NO guisantes (cole)

Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes
Día 3	Día 4	Día 5	Día 6	Día 7
ESPIRALES CON TOMATE FRITO FILETE DE PLATJA CON LECHUGA YOGUR NATURAL SIN AZUCAR PAN	PURE DE VERDURAS LOMO ADOBADO DE CERDO CON PIMIENTOS MORRONES FRUTA FRESCA DE TEMPORADA PAN	#GARBANZOS ABADEJO AL HORNO EN SALSA MEDITERRÁNEA FRUTA FRESCA DE TEMPORADA PAN	ALUBIA VERDE ESTOFADO DE PAVO FRESCO CON VERDURAS YOGUR NATURAL SIN AZUCAR PAN	ARROZ BLANCO CON TOMATE NATURAL ESCALOPE DE CERDO CASERO FRUTA FRESCA DE TEMPORADA PAN MIFIBRA
Día 10	Día 11	Día 12	Día 13	Día 14
ARROZ BLANCO CON TOMATE NATURAL SAN JACOBO CON ALUBIA VERDE REDONDILLA FRUTA FRESCA DE TEMPORADA PAN	ALUBIAS BLANCAS #FILETE DE MERLUZA AL HORNO CON SALSA DE HORTALIZAS YOGUR NATURAL SIN AZUCAR PAN	PURE DE ACELGA ACELGA FRESCA REDONDO DE TERNERA FRESCA EN SALSA CON PATATAS FRUTA FRESCA DE TEMPORADA PAN	SOPA DE COCIDO ESCALOPIN DE POLLO FRESCO EN SALSA CON ZANAHORIA BABY FRUTA FRESCA DE TEMPORADA PAN	CREMA DE CALABACIN TORTILLA DE PATATA CON LECHUGA YOGUR NATURAL SIN AZUCAR PAN MIFIBRA
Día 17	Día 18	Día 19	Día 20	Día 21
CREMA DE CALABAZA BLANQUETA DE CERDO YOGUR NATURAL SIN AZUCAR PAN	PATATAS FRESCAS CON CHORIZO MUSLO DE POLLO FRESCO ASADO CON CALABACÍN FRUTA FRESCA DE TEMPORADA PAN	MACARRONES INTEGRALES CON TOMATE NATURAL CROQUETAS ARTESANAS DE JAMON CON LECHUGA FRUTA FRESCA DE TEMPORADA PAN	ALUBIA VERDE ALBONDIGAS EN SALSA VEGETAL CON ARROZ BLANCO YOGUR NATURAL SIN AZUCAR PAN	#ESPINACAS AL AJILLO MERLUZA A LA MEDITERRANEA FRUTA FRESCA DE TEMPORADA PAN MIFIBRA
Día 24	Día 25	Día 26	Día 27	Día 28
#ARROZ BLANCO CON TOMATE NATURAL BOQUERONES EN TEMPURA CON TOMATE FRESCO FRUTA FRESCA DE TEMPORADA PAN	COUS COUS CON BROCOLI Y ZANAHORIA ESTOFADO DE PAVO FRESCO CON VERDURAS YOGUR NATURAL SIN AZUCAR PAN	ALUBIAS PINTAS POLLO A LA JARDINERA FRUTA FRESCA DE TEMPORADA PAN	BORRAJA CON PATATA LOMO A LA RIOJANA YOGUR NATURAL SIN AZUCAR PAN	MACARRONES CON TOMATE NATURAL MERLUZA AL ESTILO ORIO CON PATATAS FRUTA FRESCA DE TEMPORADA PAN MIFIBRA



SAGRADO CORAZON
Noviembre 2025
NO cerdo (cole)

Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes
Día 3	Día 4	Día 5	Día 6	Día 7
ESPIRALES CON TOMATE FRITO FILETE DE PLATJA CON LECHUGA YOGUR NATURAL SIN AZUCAR PAN	PURE DE VERDURAS #FOGONERO AL HORNO CON PIMIENTOS MORRONES FRUTA FRESCA DE TEMPORADA PAN	LENTEJAS ABADEJO AL HORNO EN SALSA MEDITERRÁNEA FRUTA FRESCA DE TEMPORADA PAN	ALUBIA VERDE ESTOFADO DE PAVO FRESCO CON VERDURAS YOGUR NATURAL SIN AZUCAR PAN	ARROZ BLANCO CON TOMATE NATURAL #TORTILLA CON QUESO CON LECHUGA FRUTA FRESCA DE TEMPORADA PAN MIFIBRA
Día 10	Día 11	Día 12	Día 13	Día 14
ARROZ BLANCO CON TOMATE NATURAL #EMPANADA GALLEGA CON ALUBIA VERDE REDONDILLA FRUTA FRESCA DE TEMPORADA PAN	ALUBIAS BLANCAS MERLUZA EN SALSA VERDE YOGUR NATURAL SIN AZUCAR PAN	PURE DE ACELGA ACELGA FRESCA REDONDO DE TERNERA FRESCA EN SALSA CON PATATAS FRUTA FRESCA DE TEMPORADA PAN	SOPA DE COCIDO ESCALOPIN DE POLLO FRESCO EN SALSA CON ZANAHORIA BABY FRUTA FRESCA DE TEMPORADA PAN	CREMA DE CALABACIN TORTILLA DE PATATA CON LECHUGA YOGUR NATURAL SIN AZUCAR PAN MIFIBRA
Día 17	Día 18	Día 19	Día 20	Día 21
CREMA DE CALABAZA #ATUN EN FRITADA YOGUR NATURAL SIN AZUCAR PAN	#PATATAS GUISADAS CON VERDURAS MUSLO DE POLLO FRESCO ASADO CON CALABACÍN FRUTA FRESCA DE TEMPORADA PAN	MACARRONES INTEGRALES CON TOMATE NATURAL #CROQUETAS ARTESANAS DE BACALAO CON LECHUGA FRUTA FRESCA DE TEMPORADA PAN	ALUBIA VERDE #POLLO FRESCO A LA PLANCHA CON ARROZ BLANCO YOGUR NATURAL SIN AZUCAR PAN	LENTEJAS MERLUZA A LA MEDITERRANEA FRUTA FRESCA DE TEMPORADA PAN MIFIBRA
Día 24	Día 25	Día 26	Día 27	Día 28
#ARROZ BLANCO CON TOMATE NATURAL BOQUERONES EN TEMPURA CON TOMATE FRESCO FRUTA FRESCA DE TEMPORADA PAN	COUS COUS CON BROCOLI Y ZANAHORIA ESTOFADO DE PAVO FRESCO CON VERDURAS YOGUR NATURAL SIN AZUCAR PAN	ALUBIAS PINTAS POLLO A LA JARDINERA FRUTA FRESCA DE TEMPORADA PAN	BORRAJA CON PATATA #FILETE DE ABADEJO A LA ROMANA CASERO CON LIMON YOGUR NATURAL SIN AZUCAR PAN	MACARRONES CON TOMATE NATURAL MERLUZA AL ESTILO ORIO CON PATATAS FRUTA FRESCA DE TEMPORADA PAN MIFIBRA



SAGRADO CORAZON
Noviembre 2025
NO huevo (cole)

Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes
Día 3	Día 4	Día 5	Día 6	Día 7
#MACARRONES ESPECIALES CON TOMATE FRITO #ATÚN A LA CATALANA (Con tomate) YOGUR NATURAL SIN AZUCAR PAN	PURE DE VERDURAS LOMO ADOBADO DE CERDO CON PIMIENTOS MORRONES FRUTA FRESCA DE TEMPORADA PAN	LENTEJAS ABADEJO AL HORNO EN SALSA MEDITERRÁNEA FRUTA FRESCA DE TEMPORADA PAN	ALUBIA VERDE ESTOFADO DE PAVO FRESCO CON VERDURAS YOGUR NATURAL SIN AZUCAR PAN	ARROZ BLANCO CON TOMATE NATURAL #LOMO DE CERDO A LA PLANCHA CON LECHUGA FRUTA FRESCA DE TEMPORADA #PAN
Día 10	Día 11	Día 12	Día 13	Día 14
ARROZ BLANCO CON TOMATE NATURAL #LOMO DE CERDO A LA PLANCHA CON ALUBIA VERDE REDONDILLA FRUTA FRESCA DE TEMPORADA PAN	ALUBIAS BLANCAS MERLUZA EN SALSA VERDE YOGUR NATURAL SIN AZUCAR PAN	PURE DE ACELGA ACELGA FRESCA REDONDO DE TERNERA FRESCA EN SALSA CON PATATAS FRUTA FRESCA DE TEMPORADA PAN	#(D) SOPA especial DE FIDEOS ESCALOPIN DE POLLO FRESCO EN SALSA CON ZANAHORIA BABY FRUTA FRESCA DE TEMPORADA PAN	CREMA DE CALABACIN #FILETE DE TERNERA FRESCO A LA PLANCHA #CON PURE DE PATATA YOGUR NATURAL SIN AZUCAR #PAN
Día 17	Día 18	Día 19	Día 20	Día 21
CREMA DE CALABAZA BLANQUETA DE CERDO YOGUR NATURAL SIN AZUCAR PAN	PATATAS FRESCAS CON CHORIZO MUSLO DE POLLO FRESCO ASADO CON CALABACÍN FRUTA FRESCA DE TEMPORADA PAN	#MACARRONES ESPECIALES CON TOMATE NATURAL #CROQUETAS DE JAMÓN Sin alergenos CON LECHUGA FRUTA FRESCA DE TEMPORADA PAN	ALUBIA VERDE ALBONDIGAS EN SALSA VEGETAL CON ARROZ BLANCO YOGUR NATURAL SIN AZUCAR PAN	LENTEJAS MERLUZA A LA MEDITERRANEA FRUTA FRESCA DE TEMPORADA #PAN
Día 24	Día 25	Día 26	Día 27	Día 28
#ARROZ BLANCO CON TOMATE NATURAL #BACALAO AL AJOARRIERO FRUTA FRESCA DE TEMPORADA PAN	#BROCOLI CON ZANAHORIA Y AJITOS ESTOFADO DE PAVO FRESCO CON VERDURAS YOGUR NATURAL SIN AZUCAR PAN	ALUBIAS PINTAS POLLO A LA JARDINERA FRUTA FRESCA DE TEMPORADA PAN	BORRAJA CON PATATA LOMO A LA RIOJANA YOGUR NATURAL SIN AZUCAR PAN	#MACARRONES ESPECIALES CON TOMATE NATURAL MERLUZA AL ESTILO ORIO CON PATATAS FRUTA FRESCA DE TEMPORADA #PAN



SAGRADO CORAZON
Noviembre 2025
NO F. secos, NO prunáceas, NO kiwi (cole)

Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes
Día 3	Día 4	Día 5	Día 6	Día 7
ESPIRALES CON TOMATE FRITO #ATÚN A LA CATALANA (Con tomate) YOGUR NATURAL SIN AZUCAR PAN	PURE DE VERDURAS LOMO ADOBADO DE CERDO CON PIMIENTOS MORRONES #NO KIWI NO PRUNACEAS PAN	LENTEJAS ABADEJO AL HORNO EN SALSA MEDITERRÁNEA #NO KIWI NO PRUNACEAS PAN	ALUBIA VERDE ESTOFADO DE PAVO FRESCO CON VERDURAS YOGUR NATURAL SIN AZUCAR PAN	ARROZ BLANCO CON TOMATE NATURAL ESCALOPE DE CERDO CASERO #NO KIWI NO PRUNACEAS #PAN
Día 10	Día 11	Día 12	Día 13	Día 14
ARROZ BLANCO CON TOMATE NATURAL #LOMO DE CERDO A LA PLANCHA CON ALUBIA VERDE REDONDILLA #NO KIWI NO PRUNACEAS PAN	ALUBIAS BLANCAS MERLUZA EN SALSA VERDE YOGUR NATURAL SIN AZUCAR PAN	PURE DE ACELGA ACELGA FRESCA REDONDO DE TERNERA FRESCA EN SALSA CON PATATAS #NO KIWI NO PRUNACEAS PAN	SOPA DE COCIDO ESCALOPIN DE POLLO FRESCO EN SALSA CON ZANAHORIA BABY #NO KIWI NO PRUNACEAS PAN	CREMA DE CALABACIN TORTILLA DE PATATA CON LECHUGA YOGUR NATURAL SIN AZUCAR #PAN
Día 17	Día 18	Día 19	Día 20	Día 21
CREMA DE CALABAZA BLANQUETA DE CERDO YOGUR NATURAL SIN AZUCAR PAN	PATATAS FRESCAS CON CHORIZO MUSLO DE POLLO FRESCO ASADO CON CALABACÍN #NO KIWI NO PRUNACEAS PAN	MACARRONES INTEGRALES CON TOMATE NATURAL #CROQUETAS DE JAMÓN Sin alergenos CON LECHUGA #NO KIWI NO PRUNACEAS PAN	ALUBIA VERDE ALBONDIGAS EN SALSA VEGETAL CON ARROZ BLANCO YOGUR NATURAL SIN AZUCAR PAN	LENTEJAS MERLUZA A LA MEDITERRANEA #NO KIWI NO PRUNACEAS #PAN
Día 24	Día 25	Día 26	Día 27	Día 28
ARROZ TRES DELICIAS BOQUERONES EN TEMPURA CON TOMATE FRESCO #NO KIWI NO PRUNACEAS PAN	COUS COUS CON BROCOLI Y ZANAHORIA ESTOFADO DE PAVO FRESCO CON VERDURAS YOGUR NATURAL SIN AZUCAR PAN	ALUBIAS PINTAS POLLO A LA JARDINERA #NO KIWI NO PRUNACEAS PAN	BORRAJA CON PATATA LOMO A LA RIOJANA YOGUR NATURAL SIN AZUCAR PAN	MACARRONES CON TOMATE NATURAL MERLUZA AL ESTILO ORIO CON PATATAS #NO KIWI NO PRUNACEAS #PAN

**SAGRADO CORAZON****Noviembre 2025****NO alubia blanca y roja, NO prunaceas (cole)**

Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes
Día 3	Día 4	Día 5	Día 6	Día 7
ESPIRALES CON TOMATE FRITO FILETE DE PLATÍJA CON LECHUGA YOGUR NATURAL SIN AZUCAR PAN	PURE DE VERDURAS LOMO ADOBADO DE CERDO CON PIMIENTOS MORRONES #NO PRUNACEAS PAN	LENTEJAS ABADEJO AL HORNO EN SALSA MEDITERRÁNEA #NO PRUNACEAS PAN	ALUBIA VERDE ESTOFADO DE PAVO FRESCO CON VERDURAS YOGUR NATURAL SIN AZUCAR PAN	ARROZ BLANCO CON TOMATE NATURAL ESCALOPE DE CERDO CASERO #NO PRUNACEAS PAN MIFIBRA
Día 10	Día 11	Día 12	Día 13	Día 14
ARROZ BLANCO CON TOMATE NATURAL SAN JACOBO CON ALUBIA VERDE REDONDILLA #NO PRUNACEAS PAN	#BROCOLI CON ZANAHORIA Y AJITOS MERLUZA EN SALSA VERDE YOGUR NATURAL SIN AZUCAR PAN	PURE DE ACELGA ACELGA FRESCA REDONDO DE TERNERA FRESCA EN SALSA CON PATATAS #NO PRUNACEAS PAN	SOPA DE COCIDO ESCALOPIN DE POLLO FRESCO EN SALSA CON ZANAHORIA BABY #NO PRUNACEAS PAN	CREMA DE CALABACIN TORTILLA DE PATATA CON LECHUGA YOGUR NATURAL SIN AZUCAR PAN MIFIBRA
Día 17	Día 18	Día 19	Día 20	Día 21
CREMA DE CALABAZA BLANQUETA DE CERDO YOGUR NATURAL SIN AZUCAR PAN	PATATAS FRESCAS CON CHORIZO MUSLO DE POLLO FRESCO ASADO CON CALABACÍN #NO PRUNACEAS PAN	MACARRONES INTEGRALES CON TOMATE NATURAL CROQUETAS ARTESANAS DE JAMON CON LECHUGA #NO PRUNACEAS PAN	ALUBIA VERDE ALBONDIGAS EN SALSA VEGETAL CON ARROZ BLANCO YOGUR NATURAL SIN AZUCAR PAN	LENTEJAS MERLUZA A LA MEDITERRANEA #NO PRUNACEAS PAN MIFIBRA
Día 24	Día 25	Día 26	Día 27	Día 28
ARROZ TRES DELICIAS BOQUERONES EN TEMPURA CON TOMATE FRESCO #NO PRUNACEAS PAN	COUS COUS CON BROCOLI Y ZANAHORIA ESTOFADO DE PAVO FRESCO CON VERDURAS YOGUR NATURAL SIN AZUCAR PAN	#PURE DE VERDURAS POLLO A LA JARDINERA #NO PRUNACEAS PAN	BORRAJA CON PATATA LOMO A LA RIOJANA YOGUR NATURAL SIN AZUCAR PAN	MACARRONES CON TOMATE NATURAL MERLUZA AL ESTILO ORIO CON PATATAS #NO PRUNACEAS PAN MIFIBRA



SAGRADO CORAZON
Noviembre 2025
NO legumbre (cole)

Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes
Día 3	Día 4	Día 5	Día 6	Día 7
ESPIRALES CON TOMATE FRITO FILETE DE PLATJA CON LECHUGA YOGUR NATURAL SIN AZUCAR PAN	PURE DE VERDURAS LOMO ADOBADO DE CERDO CON PIMIENTOS MORRONES FRUTA FRESCA DE TEMPORADA PAN	#COLIFLOR CON AJITOS ABADEJO AL HORNO EN SALSA MEDITERRÁNEA FRUTA FRESCA DE TEMPORADA PAN	#SOPA DE PESCADO CASERA ESTOFADO DE PAVO FRESCO CON VERDURAS YOGUR NATURAL SIN AZUCAR PAN	ARROZ BLANCO CON TOMATE NATURAL ESCALOPE DE CERDO CASERO FRUTA FRESCA DE TEMPORADA PAN MIFIBRA
Día 10	Día 11	Día 12	Día 13	Día 14
ARROZ BLANCO CON TOMATE NATURAL SAN JACOBO #CON CHAMPIÑÓN FRUTA FRESCA DE TEMPORADA PAN	#BROCOLI CON ZANAHORIA Y AJITOS #FILETE DE MERLUZA AL HORNO CON SALSA DE HORTALIZAS YOGUR NATURAL SIN AZUCAR PAN	PURE DE ACELGA ACELGA FRESCA REDONDO DE TERNERA FRESCA EN SALSA CON PATATAS FRUTA FRESCA DE TEMPORADA PAN	SOPA DE COCIDO ESCALOPIN DE POLLO FRESCO EN SALSA CON ZANAHORIA BABY FRUTA FRESCA DE TEMPORADA PAN	CREMA DE CALABACIN TORTILLA DE PATATA CON LECHUGA YOGUR NATURAL SIN AZUCAR PAN MIFIBRA
Día 17	Día 18	Día 19	Día 20	Día 21
CREMA DE CALABAZA BLANQUETA DE CERDO YOGUR NATURAL SIN AZUCAR PAN	PATATAS FRESCAS CON CHORIZO MUSLO DE POLLO FRESCO ASADO CON CALABACÍN FRUTA FRESCA DE TEMPORADA PAN	MACARRONES INTEGRALES CON TOMATE NATURAL CROQUETAS ARTESANAS DE JAMON CON LECHUGA FRUTA FRESCA DE TEMPORADA PAN	#PORRUSALDA ALBONDIGAS EN SALSA VEGETAL CON ARROZ BLANCO YOGUR NATURAL SIN AZUCAR PAN	#ESPINACAS AL AJILLO MERLUZA A LA MEDITERRANEA FRUTA FRESCA DE TEMPORADA PAN MIFIBRA
Día 24	Día 25	Día 26	Día 27	Día 28
#ARROZ BLANCO CON TOMATE NATURAL BOQUERONES EN TEMPURA CON TOMATE FRESCO FRUTA FRESCA DE TEMPORADA PAN	COUS COUS CON BROCOLI Y ZANAHORIA ESTOFADO DE PAVO FRESCO CON VERDURAS YOGUR NATURAL SIN AZUCAR PAN	#PURE DE VERDURAS POLLO A LA JARDINERA FRUTA FRESCA DE TEMPORADA PAN	BORRAJA CON PATATA LOMO A LA RIOJANA YOGUR NATURAL SIN AZUCAR PAN	MACARRONES CON TOMATE NATURAL MERLUZA AL ESTILO ORIO CON PATATAS FRUTA FRESCA DE TEMPORADA PAN MIFIBRA



SAGRADO CORAZON
Noviembre 2025
Dieta hipo 1500 (cuidadora)

Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes
Día 3	Día 4	Día 5	Día 6	Día 7
ESPIRALES CON TOMATE FRITO #ATÚN A LA CATALANA (Con tomate) YOGUR NATURAL SIN AZUCAR PAN	PURE DE VERDURAS #POLLO FRESCO A LA PLANCHA CON PIMIENTOS MORRONES FRUTA FRESCA DE TEMPORADA PAN	LENTEJAS ABADEJO AL HORNO EN SALSA MEDITERRÁNEA FRUTA FRESCA DE TEMPORADA PAN	ALUBIA VERDE ESTOFADO DE PAVO FRESCO CON VERDURAS YOGUR NATURAL SIN AZUCAR PAN	ARROZ BLANCO CON TOMATE NATURAL #TORTILLA CON QUESO CON LECHUGA FRUTA FRESCA DE TEMPORADA PAN MIFIBRA
Día 10	Día 11	Día 12	Día 13	Día 14
ARROZ BLANCO CON TOMATE NATURAL #TORTILLA FRANCESA CON ALUBIA VERDE REDONDILLA FRUTA FRESCA DE TEMPORADA PAN	ALUBIAS BLANCAS MERLUZA EN SALSA VERDE YOGUR NATURAL SIN AZUCAR PAN	PURE DE ACELGA ACELGA FRESCA REDONDO DE TERNERA FRESCA EN SALSA CON PATATAS FRUTA FRESCA DE TEMPORADA PAN	SOPA DE COCIDO #POLLO FRESCO A LA PLANCHA CON ZANAHORIA BABY FRUTA FRESCA DE TEMPORADA PAN	CREMA DE CALABACIN TORTILLA DE PATATA CON LECHUGA YOGUR NATURAL SIN AZUCAR PAN MIFIBRA
Día 17	Día 18	Día 19	Día 20	Día 21
CREMA DE CALABAZA #ATUN EN FRITADA YOGUR NATURAL SIN AZUCAR PAN	#PATATAS GUISADAS CON VERDURAS MUSLO DE POLLO FRESCO ASADO CON CALABACÍN FRUTA FRESCA DE TEMPORADA PAN	MACARRONES INTEGRALES CON TOMATE NATURAL #TORTILLA DE PATATA CASERA CON LECHUGA FRUTA FRESCA DE TEMPORADA PAN	ALUBIA VERDE ALBONDIGAS EN SALSA VEGETAL CON ARROZ BLANCO YOGUR NATURAL SIN AZUCAR PAN	LENTEJAS MERLUZA A LA MEDITERRANEA FRUTA FRESCA DE TEMPORADA PAN MIFIBRA
Día 24	Día 25	Día 26	Día 27	Día 28
ARROZ TRES DELICIAS #POLLO FRESCO A LA PLANCHA CON TOMATE FRESCO FRUTA FRESCA DE TEMPORADA PAN	#BROCOLI CON ZANAHORIA Y AJITOS ESTOFADO DE PAVO FRESCO CON VERDURAS YOGUR NATURAL SIN AZUCAR PAN	ALUBIAS PINTAS POLLO A LA JARDINERA FRUTA FRESCA DE TEMPORADA PAN	BORRAJA CON PATATA LOMO A LA RIOJANA YOGUR NATURAL SIN AZUCAR PAN	MACARRONES CON TOMATE NATURAL MERLUZA AL ESTILO ORIO CON PATATAS FRUTA FRESCA DE TEMPORADA PAN MIFIBRA



SAGRADO CORAZON
Noviembre 2025
NO pescado, NO marisco (cole)

Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes
Día 3	Día 4	Día 5	Día 6	Día 7
ESPIRALES CON TOMATE FRITO #TORTILLA ECOLOGICA CON CHORIZO CON LECHUGA YOGUR NATURAL SIN AZUCAR PAN	PURE DE VERDURAS LOMO ADOBADO DE CERDO CON PIMIENTOS MORRONES FRUTA FRESCA DE TEMPORADA PAN	LENTEJAS #FILETE DE TERNERA FRESCO A LA PLANCHA EN SALSA MEDITERRÁNEA FRUTA FRESCA DE TEMPORADA PAN	ALUBIA VERDE ESTOFADO DE PAVO FRESCO CON VERDURAS YOGUR NATURAL SIN AZUCAR PAN	ARROZ BLANCO CON TOMATE NATURAL ESCALOPE DE CERDO CASERO FRUTA FRESCA DE TEMPORADA #PAN
Día 10	Día 11	Día 12	Día 13	Día 14
ARROZ BLANCO CON TOMATE NATURAL #LOMO DE CERDO A LA PLANCHAS CON ALUBIA VERDE REDONDILLA FRUTA FRESCA DE TEMPORADA PAN	ALUBIAS BLANCAS #JAMONCITOS DE POLLO FRESCO AL CHILINDRÓN YOGUR NATURAL SIN AZUCAR PAN	PURE DE ACELGA ACELGA FRESCA REDONDO DE TERNERA FRESCA EN SALSA CON PATATAS FRUTA FRESCA DE TEMPORADA PAN	SOPA DE COCIDO ESCALOPIN DE POLLO FRESCO EN SALSA CON ZANAHORIA BABY FRUTA FRESCA DE TEMPORADA PAN	CREMA DE CALABACIN TORTILLA DE PATATA CON LECHUGA YOGUR NATURAL SIN AZUCAR #PAN
Día 17	Día 18	Día 19	Día 20	Día 21
CREMA DE CALABAZA BLANQUETA DE CERDO YOGUR NATURAL SIN AZUCAR PAN	PATATAS FRESCAS CON CHORIZO MUSLO DE POLLO FRESCO ASADO CON CALABACÍN FRUTA FRESCA DE TEMPORADA PAN	MACARRONES INTEGRALES CON TOMATE NATURAL #CROQUETAS DE JAMÓN Sin alergenos CON LECHUGA FRUTA FRESCA DE TEMPORADA PAN	ALUBIA VERDE ALBONDIGAS EN SALSA VEGETAL CON ARROZ BLANCO YOGUR NATURAL SIN AZUCAR PAN	LENTEJAS #FILETE DE TERNERA FRESCO A LA PLANCHA EN SALSA MEDITERRÁNEA FRUTA FRESCA DE TEMPORADA #PAN
Día 24	Día 25	Día 26	Día 27	Día 28
#ARROZ BLANCO CON TOMATE NATURAL #TORTILLA CON YORK Y PATATA ECOLOGICA PX FRUTA FRESCA DE TEMPORADA PAN	COUS COUS CON BROCOLI Y ZANAHORIA ESTOFADO DE PAVO FRESCO CON VERDURAS YOGUR NATURAL SIN AZUCAR PAN	ALUBIAS PINTAS POLLO A LA JARDINERA FRUTA FRESCA DE TEMPORADA PAN	BORRAJA CON PATATA LOMO A LA RIOJANA YOGUR NATURAL SIN AZUCAR PAN	MACARRONES CON TOMATE NATURAL #JAMONCITOS DE POLLO FRESCO AL AJILLO FRUTA FRESCA DE TEMPORADA #PAN



SAGRADO CORAZON
Noviembre 2025
NO caseína, NO soja (cole)

Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes
Día 3	Día 4	Día 5	Día 6	Día 7
#MACARRONES ESPECIALES CON TOMATE FRITO #ATÚN A LA CATALANA (Con tomate) #FRUTA FRESCA DE TEMPORADA PAN	PURE DE VERDURAS #POLLO FRESCO A LA PLANCHA CON PIMIENTOS MORRONES FRUTA FRESCA DE TEMPORADA PAN	LENTEJAS ABADEJO AL HORNO EN SALSA MEDITERRÁNEA FRUTA FRESCA DE TEMPORADA PAN	ALUBIA VERDE ESTOFADO DE PAVO FRESCO CON VERDURAS #FRUTA FRESCA DE TEMPORADA PAN	ARROZ BLANCO CON TOMATE NATURAL #(D) CABEZADA REBOZADA CASERA Sin gluten FRUTA FRESCA DE TEMPORADA #PAN
Día 10	Día 11	Día 12	Día 13	Día 14
ARROZ BLANCO CON TOMATE NATURAL #LOMO DE CERDO A LA PLANCHA CON ALUBIA VERDE REDONDILLA FRUTA FRESCA DE TEMPORADA PAN	ALUBIAS BLANCAS #FILETE DE MERLUZA AL HORNO CON SALSA DE HORTALIZAS #FRUTA FRESCA DE TEMPORADA PAN	PURE DE ACELGA ACELGA FRESCA REDONDO DE TERNERA FRESCA EN SALSA CON PATATAS FRUTA FRESCA DE TEMPORADA PAN	#(D) SOPA especial DE FIDEOS #POLLO FRESCO A LA PLANCHA CON ZANAHORIA BABY FRUTA FRESCA DE TEMPORADA PAN	CREMA DE CALABACIN TORTILLA DE PATATA CON LECHUGA #FRUTA FRESCA DE TEMPORADA #PAN
Día 17	Día 18	Día 19	Día 20	Día 21
CREMA DE CALABAZA #ATUN EN FRITADA #FRUTA FRESCA DE TEMPORADA PAN	#PATATAS GUIADAS CON VERDURAS MUSLO DE POLLO FRESCO ASADO CON CALABACÍN FRUTA FRESCA DE TEMPORADA PAN	#MACARRONES ESPECIALES CON TOMATE NATURAL #TORTILLA DE PATATA CASERA CON LECHUGA FRUTA FRESCA DE TEMPORADA PAN	ALUBIA VERDE #POLLO FRESCO A LA PLANCHA CON ARROZ BLANCO #FRUTA FRESCA DE TEMPORADA PAN	LENTEJAS MERLUZA A LA MEDITERRANEA FRUTA FRESCA DE TEMPORADA #PAN
Día 24	Día 25	Día 26	Día 27	Día 28
ARROZ TRES DELICIAS #BACALAO AL AJOARRIERO FRUTA FRESCA DE TEMPORADA PAN	#BROCOLI CON ZANAHORIA Y AJITOS ESTOFADO DE PAVO FRESCO CON VERDURAS #FRUTA FRESCA DE TEMPORADA PAN	ALUBIAS PINTAS POLLO A LA JARDINERA FRUTA FRESCA DE TEMPORADA PAN	BORRAJA CON PATATA LOMO A LA RIOJANA #FRUTA FRESCA DE TEMPORADA PAN	#MACARRONES ESPECIALES CON TOMATE NATURAL MERLUZA AL ESTILO ORIO CON PATATAS FRUTA FRESCA DE TEMPORADA #PAN

**SAGRADO CORAZON****Noviembre 2025****NO F. secos, NO legumbre, NO gluten, lactosa (cole**

Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes
Día 3	Día 4	Día 5	Día 6	Día 7
#MACARRONES ESPECIALES CON TOMATE FRITO #ATÚN A LA CATALANA (Con tomate) #FRUTA FRESCA DE TEMPORADA #PAN SIN GLUTEN	PURE DE VERDURAS LOMO ADOBADO DE CERDO CON PIMIENTOS MORRONES FRUTA FRESCA DE TEMPORADA #PAN SIN GLUTEN	#COLIFLOR CON AJITOS ABADEJO AL HORNO EN SALSA MEDITERRÁNEA FRUTA FRESCA DE TEMPORADA #PAN SIN GLUTEN	#SOPA DE PESCADO CASERA ESTOFADO DE PAVO FRESCO CON VERDURAS #FRUTA FRESCA DE TEMPORADA #PAN SIN GLUTEN	ARROZ BLANCO CON TOMATE NATURAL #LOMO DE CERDO A LA PLANCHA CON LECHUGA FRUTA FRESCA DE TEMPORADA #PAN SIN GLUTEN
Día 10	Día 11	Día 12	Día 13	Día 14
ARROZ BLANCO CON TOMATE NATURAL #LOMO DE CERDO A LA PLANCHA #CON CHAMPIÑON FRUTA FRESCA DE TEMPORADA #PAN SIN GLUTEN	#BROCOLI CON ZANAHORIA Y AJITOS #FILETE DE MERLUZA AL HORNO CON SALSA DE HORTALIZAS #FRUTA FRESCA DE TEMPORADA #PAN SIN GLUTEN	PURE DE ACELGA ACELGA FRESCA REDONDO DE TERNERA FRESCA EN SALSA CON PATATAS FRUTA FRESCA DE TEMPORADA #PAN SIN GLUTEN	#(D) SOPA especial DE FIDEOS #POLLO FRESCO A LA PLANCHA CON ZANAHORIA BABY FRUTA FRESCA DE TEMPORADA #PAN SIN GLUTEN	CREMA DE CALABACIN TORTILLA DE PATATA CON LECHUGA #FRUTA FRESCA DE TEMPORADA #PAN SIN GLUTEN
Día 17	Día 18	Día 19	Día 20	Día 21
CREMA DE CALABAZA #ATUN EN FRITADA #FRUTA FRESCA DE TEMPORADA #PAN SIN GLUTEN	#PATATAS GUIADAS CON VERDURAS MUSLO DE POLLO FRESCO ASADO CON CALABACÍN FRUTA FRESCA DE TEMPORADA #PAN SIN GLUTEN	#MACARRONES ESPECIALES CON TOMATE NATURAL #TORTILLA DE PATATA CASERA CON LECHUGA FRUTA FRESCA DE TEMPORADA #PAN SIN GLUTEN	#PORRUSALDA #POLLO FRESCO A LA PLANCHA CON ARROZ BLANCO #FRUTA FRESCA DE TEMPORADA #PAN SIN GLUTEN	#ESPINACAS AL AJILLO MERLUZA A LA MEDITERRANEA FRUTA FRESCA DE TEMPORADA #PAN SIN GLUTEN
Día 24	Día 25	Día 26	Día 27	Día 28
#ARROZ BLANCO CON TOMATE NATURAL #BACALAO AL AJOARRIERO FRUTA FRESCA DE TEMPORADA #PAN SIN GLUTEN	#BROCOLI CON ZANAHORIA Y AJITOS ESTOFADO DE PAVO FRESCO CON VERDURAS #FRUTA FRESCA DE TEMPORADA #PAN SIN GLUTEN	#PURE DE VERDURAS POLLO A LA JARDINERA FRUTA FRESCA DE TEMPORADA #PAN SIN GLUTEN	BORRAJA CON PATATA LOMO A LA RIOJANA #FRUTA FRESCA DE TEMPORADA #PAN SIN GLUTEN	#MACARRONES ESPECIALES CON TOMATE NATURAL MERLUZA AL ESTILO ORIO CON PATATAS FRUTA FRESCA DE TEMPORADA #PAN SIN GLUTEN



SAGRADO CORAZON
Noviembre 2025
NO kiwi (cole)

Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes
Día 3	Día 4	Día 5	Día 6	Día 7
ESPIRALES CON TOMATE FRITO FILETE DE PLATJA CON LECHUGA YOGUR NATURAL SIN AZUCAR PAN	PURE DE VERDURAS LOMO ADOBADO DE CERDO CON PIMIENTOS MORRONES #NO KIWI PAN	LENTEJAS ABADEJO AL HORNO EN SALSA MEDITERRÁNEA #NO KIWI PAN	ALUBIA VERDE ESTOFADO DE PAVO FRESCO CON VERDURAS YOGUR NATURAL SIN AZUCAR PAN	ARROZ BLANCO CON TOMATE NATURAL ESCALOPE DE CERDO CASERO #NO KIWI PAN MIFIBRA
Día 10	Día 11	Día 12	Día 13	Día 14
ARROZ BLANCO CON TOMATE NATURAL SAN JACOBO CON ALUBIA VERDE REDONDILLA #NO KIWI PAN	ALUBIAS BLANCAS MERLUZA EN SALSA VERDE YOGUR NATURAL SIN AZUCAR PAN	PURE DE ACELGA ACELGA FRESCA REDONDO DE TERNERA FRESCA EN SALSA CON PATATAS #NO KIWI PAN	SOPA DE COCIDO ESCALOPIN DE POLLO FRESCO EN SALSA CON ZANAHORIA BABY #NO KIWI PAN	CREMA DE CALABACIN TORTILLA DE PATATA CON LECHUGA YOGUR NATURAL SIN AZUCAR PAN MIFIBRA
Día 17	Día 18	Día 19	Día 20	Día 21
CREMA DE CALABAZA BLANQUETA DE CERDO YOGUR NATURAL SIN AZUCAR PAN	PATATAS FRESCAS CON CHORIZO MUSLO DE POLLO FRESCO ASADO CON CALABACÍN #NO KIWI PAN	MACARRONES INTEGRALES CON TOMATE NATURAL CROQUETAS ARTESANAS DE JAMON CON LECHUGA #NO KIWI PAN	ALUBIA VERDE ALBONDIGAS EN SALSA VEGETAL CON ARROZ BLANCO YOGUR NATURAL SIN AZUCAR PAN	LENTEJAS MERLUZA A LA MEDITERRANEA #NO KIWI PAN MIFIBRA
Día 24	Día 25	Día 26	Día 27	Día 28
ARROZ TRES DELICIAS BOQUERONES EN TEMPURA CON TOMATE FRESCO #NO KIWI PAN	COUS COUS CON BROCOLI Y ZANAHORIA ESTOFADO DE PAVO FRESCO CON VERDURAS YOGUR NATURAL SIN AZUCAR PAN	ALUBIAS PINTAS POLLO A LA JARDINERA #NO KIWI PAN	BORRAJA CON PATATA LOMO A LA RIOJANA YOGUR NATURAL SIN AZUCAR PAN	MACARRONES CON TOMATE NATURAL MERLUZA AL ESTILO ORIO CON PATATAS #NO KIWI PAN MIFIBRA



SAGRADO CORAZON
Noviembre 2025
NO lactosa (cole)

Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes
Día 3	Día 4	Día 5	Día 6	Día 7
ESPIRALES CON TOMATE FRITO #ATÚN A LA CATALANA (Con tomate) #YOGUR SIN LACTOSA NATURAL PAN	PURE DE VERDURAS LOMO ADOBADO DE CERDO CON PIMIENTOS MORRONES FRUTA FRESCA DE TEMPORADA PAN	LENTEJAS ABADEJO AL HORNO EN SALSA MEDITERRÁNEA FRUTA FRESCA DE TEMPORADA PAN	ALUBIA VERDE ESTOFADO DE PAVO FRESCO CON VERDURAS #YOGUR SIN LACTOSA NATURAL PAN	ARROZ BLANCO CON TOMATE NATURAL ESCALOPE DE CERDO CASERO FRUTA FRESCA DE TEMPORADA #PAN
Día 10	Día 11	Día 12	Día 13	Día 14
ARROZ BLANCO CON TOMATE NATURAL #LOMO DE CERDO A LA PLANCHA CON ALUBIA VERDE REDONDILLA FRUTA FRESCA DE TEMPORADA PAN	ALUBIAS BLANCAS MERLUZA EN SALSA VERDE #YOGUR SIN LACTOSA NATURAL PAN	PURE DE ACELGA ACELGA FRESCA REDONDO DE TERNERA FRESCA EN SALSA CON PATATAS FRUTA FRESCA DE TEMPORADA PAN	SOPA DE COCIDO ESCALOPIN DE POLLO FRESCO EN SALSA CON ZANAHORIA BABY FRUTA FRESCA DE TEMPORADA PAN	CREMA DE CALABACIN TORTILLA DE PATATA CON LECHUGA #YOGUR SIN LACTOSA NATURAL #PAN
Día 17	Día 18	Día 19	Día 20	Día 21
CREMA DE CALABAZA #ATUN EN FRITADA #YOGUR SIN LACTOSA NATURAL PAN	#PATATAS GUISADAS CON VERDURAS MUSLO DE POLLO FRESCO ASADO CON CALABACÍN FRUTA FRESCA DE TEMPORADA PAN	MACARRONES INTEGRALES CON TOMATE NATURAL #TORTILLA DE PATATA CASERA CON LECHUGA FRUTA FRESCA DE TEMPORADA PAN	ALUBIA VERDE ALBONDIGAS EN SALSA VEGETAL CON ARROZ BLANCO #YOGUR SIN LACTOSA NATURAL PAN	LENTEJAS MERLUZA A LA MEDITERRANEA FRUTA FRESCA DE TEMPORADA #PAN
Día 24	Día 25	Día 26	Día 27	Día 28
ARROZ TRES DELICIAS #BACALAO AL AJOARRIERO FRUTA FRESCA DE TEMPORADA PAN	COUS COUS CON BROCOLI Y ZANAHORIA ESTOFADO DE PAVO FRESCO CON VERDURAS #YOGUR SIN LACTOSA NATURAL PAN	ALUBIAS PINTAS POLLO A LA JARDINERA FRUTA FRESCA DE TEMPORADA PAN	BORRAJA CON PATATA LOMO A LA RIOJANA #YOGUR SIN LACTOSA NATURAL PAN	MACARRONES CON TOMATE NATURAL MERLUZA AL ESTILO ORIO CON PATATAS FRUTA FRESCA DE TEMPORADA #PAN



SAGRADO CORAZON
Noviembre 2025
NO caseína (cole)

Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes
Día 3	Día 4	Día 5	Día 6	Día 7
ESPIRALES CON TOMATE FRITO #ATÚN A LA CATALANA (Con tomate) #POSTRE SOJA ALPRO NATURAL PAN	PURE DE VERDURAS LOMO ADOBADO DE CERDO CON PIMIENTOS MORRONES FRUTA FRESCA DE TEMPORADA PAN	LENTEJAS ABADEJO AL HORNO EN SALSA MEDITERRÁNEA FRUTA FRESCA DE TEMPORADA PAN	ALUBIA VERDE ESTOFADO DE PAVO FRESCO CON VERDURAS #POSTRE SOJA ALPRO NATURAL PAN	ARROZ BLANCO CON TOMATE NATURAL ESCALOPE DE CERDO CASERO FRUTA FRESCA DE TEMPORADA #PAN
Día 10	Día 11	Día 12	Día 13	Día 14
ARROZ BLANCO CON TOMATE NATURAL #LOMO DE CERDO A LA PLANCHA CON ALUBIA VERDE REDONDILLA FRUTA FRESCA DE TEMPORADA PAN	ALUBIAS BLANCAS MERLUZA EN SALSA VERDE #POSTRE SOJA ALPRO NATURAL PAN	PURE DE ACELGA ACELGA FRESCA REDONDO DE TERNERA FRESCA EN SALSA CON PATATAS FRUTA FRESCA DE TEMPORADA PAN	SOPA DE COCIDO ESCALOPIN DE POLLO FRESCO EN SALSA CON ZANAHORIA BABY FRUTA FRESCA DE TEMPORADA PAN	CREMA DE CALABACIN TORTILLA DE PATATA CON LECHUGA #POSTRE SOJA ALPRO NATURAL #PAN
Día 17	Día 18	Día 19	Día 20	Día 21
CREMA DE CALABAZA #ATUN EN FRITADA #POSTRE SOJA ALPRO NATURAL PAN	#PATATAS GUIADAS CON VERDURAS MUSLO DE POLLO FRESCO ASADO CON CALABACÍN FRUTA FRESCA DE TEMPORADA PAN	MACARRONES INTEGRALES CON TOMATE NATURAL #TORTILLA DE PATATA CASERA CON LECHUGA FRUTA FRESCA DE TEMPORADA PAN	ALUBIA VERDE ALBONDIGAS EN SALSA VEGETAL CON ARROZ BLANCO #POSTRE SOJA ALPRO NATURAL PAN	LENTEJAS MERLUZA A LA MEDITERRANEA FRUTA FRESCA DE TEMPORADA #PAN
Día 24	Día 25	Día 26	Día 27	Día 28
ARROZ TRES DELICIAS #BACALAO AL AJOARRIERO FRUTA FRESCA DE TEMPORADA PAN	COUS COUS CON BROCOLI Y ZANAHORIA ESTOFADO DE PAVO FRESCO CON VERDURAS #POSTRE SOJA ALPRO NATURAL PAN	ALUBIAS PINTAS POLLO A LA JARDINERA FRUTA FRESCA DE TEMPORADA PAN	BORRAJA CON PATATA LOMO A LA RIOJANA #POSTRE SOJA ALPRO NATURAL PAN	MACARRONES CON TOMATE NATURAL MERLUZA AL ESTILO ORIO CON PATATAS FRUTA FRESCA DE TEMPORADA #PAN



SAGRADO CORAZON
Noviembre 2025
NO F. secos, NO prunáceas (cole)

Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes
Día 3	Día 4	Día 5	Día 6	Día 7
ESPIRALES CON TOMATE FRITO #ATÚN A LA CATALANA (Con tomate) YOGUR NATURAL SIN AZUCAR PAN	PURE DE VERDURAS LOMO ADOBADO DE CERDO CON PIMIENTOS MORRONES #NO PRUNACEAS PAN	LENTEJAS ABADEJO AL HORNO EN SALSA MEDITERRÁNEA #NO PRUNACEAS PAN	ALUBIA VERDE ESTOFADO DE PAVO FRESCO CON VERDURAS YOGUR NATURAL SIN AZUCAR PAN	ARROZ BLANCO CON TOMATE NATURAL ESCALOPE DE CERDO CASERO #NO PRUNACEAS #PAN
Día 10	Día 11	Día 12	Día 13	Día 14
ARROZ BLANCO CON TOMATE NATURAL #LOMO DE CERDO A LA PLANCHA CON ALUBIA VERDE REDONDILLA #NO PRUNACEAS PAN	ALUBIAS BLANCAS MERLUZA EN SALSA VERDE YOGUR NATURAL SIN AZUCAR PAN	PURE DE ACELGA ACELGA FRESCA REDONDO DE TERNERA FRESCA EN SALSA CON PATATAS #NO PRUNACEAS PAN	SOPA DE COCIDO ESCALOPIN DE POLLO FRESCO EN SALSA CON ZANAHORIA BABY #NO PRUNACEAS PAN	CREMA DE CALABACIN TORTILLA DE PATATA CON LECHUGA YOGUR NATURAL SIN AZUCAR #PAN
Día 17	Día 18	Día 19	Día 20	Día 21
CREMA DE CALABAZA BLANQUETA DE CERDO YOGUR NATURAL SIN AZUCAR PAN	PATATAS FRESCAS CON CHORIZO MUSLO DE POLLO FRESCO ASADO CON CALABACÍN #NO PRUNACEAS PAN	MACARRONES INTEGRALES CON TOMATE NATURAL #CROQUETAS DE JAMÓN Sin alergenos CON LECHUGA #NO PRUNACEAS PAN	ALUBIA VERDE ALBONDIGAS EN SALSA VEGETAL CON ARROZ BLANCO YOGUR NATURAL SIN AZUCAR PAN	LENTEJAS MERLUZA A LA MEDITERRANEA #NO PRUNACEAS #PAN
Día 24	Día 25	Día 26	Día 27	Día 28
ARROZ TRES DELICIAS BOQUERONES EN TEMPURA CON TOMATE FRESCO #NO PRUNACEAS PAN	COUS COUS CON BROCOLI Y ZANAHORIA ESTOFADO DE PAVO FRESCO CON VERDURAS YOGUR NATURAL SIN AZUCAR PAN	ALUBIAS PINTAS POLLO A LA JARDINERA #NO PRUNACEAS PAN	BORRAJA CON PATATA LOMO A LA RIOJANA YOGUR NATURAL SIN AZUCAR PAN	MACARRONES CON TOMATE NATURAL MERLUZA AL ESTILO ORIO CON PATATAS #NO PRUNACEAS #PAN



SAGRADO CORAZON
Noviembre 2025
Dieta ASTRINGENTE (cole)

Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes
Día 3	Día 4	Día 5	Día 6	Día 7
ESPIRALES #A LAS FINAS HIERBAS #FILETE DE MERLUZA AL HORNO YOGUR NATURAL SIN AZUCAR PAN	#PURE DE ZANAHORIA FRESCA LOMO ADOBADO DE CERDO #FRUTA ASTRINGENTE PAN	#PURE DE PATATA ABADEJO AL HORNO #FRUTA ASTRINGENTE PAN	#PURE DE PATATA #FILETE DE MERLUZA AL HORNO YOGUR NATURAL SIN AZUCAR PAN	ARROZ BLANCO #A LAS FINAS HIERBAS #LOMO DE CERDO A LA PLANCHA #FRUTA ASTRINGENTE #PAN
Día 10	Día 11	Día 12	Día 13	Día 14
ARROZ BLANCO #A LAS FINAS HIERBAS #LOMO DE CERDO A LA PLANCHA #CON ZANAHORIA BABY #FRUTA ASTRINGENTE PAN	#PURE DE ZANAHORIA FRESCA #FILETE DE MERLUZA AL HORNO YOGUR NATURAL SIN AZUCAR PAN	#PURE DE PATATA REDONDO DE TERNERA FRESCA EN SALSA CON PATATAS #FRUTA ASTRINGENTE PAN	SOPA DE COCIDO #TORTILLA FRANCESA CON ZANAHORIA BABY #FRUTA ASTRINGENTE PAN	#PURE DE ZANAHORIA FRESCA TORTILLA DE PATATA CON LECHUGA YOGUR NATURAL SIN AZUCAR #PAN
Día 17	Día 18	Día 19	Día 20	Día 21
#PURE DE PATATA #FILETE DE MERLUZA AL HORNO YOGUR NATURAL SIN AZUCAR PAN	#PURE DE ZANAHORIA FRESCA MUSLO DE POLLO FRESCO ASADO #FRUTA ASTRINGENTE PAN	#MACARRONES ESPECIALES #A LAS FINAS HIERBAS #FILETE DE MERLUZA AL HORNO #FRUTA ASTRINGENTE PAN	#PURE DE PATATA #POLLO FRESCO A LA PLANCHA CON ARROZ BLANCO YOGUR NATURAL SIN AZUCAR PAN	#PURE DE ZANAHORIA FRESCA #FILETE DE MERLUZA AL HORNO #FRUTA ASTRINGENTE #PAN
Día 24	Día 25	Día 26	Día 27	Día 28
#ARROZ BLANCO A LAS FINAS HIERBAS #TORTILLA FRANCESA #CON ZANAHORIA BABY #FRUTA ASTRINGENTE PAN	#PURE DE ZANAHORIA FRESCA #TORTILLA CON QUESO YOGUR NATURAL SIN AZUCAR PAN	#PURE DE PATATA #BACALAO AL HORNO CON ZANAHORIA BABY #FRUTA ASTRINGENTE PAN	#PURE DE ZANAHORIA FRESCA #FILETE DE MERLUZA AL HORNO YOGUR NATURAL SIN AZUCAR PAN	MACARRONES #A LAS FINAS HIERBAS #FILETE DE MERLUZA AL HORNO #FRUTA ASTRINGENTE #PAN