NOVIEMBRE 2026
MENÚ BASAL

CEIP Winston Churchill

Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes
- Día 2 - 	- Día 3 - *Macarrones integrales a la napolitana Filete de abadejo al horno con daditos de zanahoria Pan integral y Fruta de temporada Kcal:465 Prot:22,7 Lip:7,7 HC:75,9	- Día 4 - .Crema Vichy *Filete de pollo al limon c/ Lechuga y maíz Pan y Yogur natural Kcal:408 Prot:24,1 Lip:15,1 HC:47,3	- Día 5 - .Sopa de Cocido .Cocido Madrileño completo Pan integral y Fruta Natural Kcal:604 Prot:25,1 Lip:19,1 HC:87,3	- Día 6 - *Guisantes rehogados con cebolla .Filete de bacalao rebozado c/ Lechuga y remolacha Pan y Fruta de temporada Kcal:496 Prot:21,8 Lip:16 HC:69
- Día 9 -	- Día 10 - *Lentejas con arroz y verduras *Salmon a la naranja c/ Lechuga y maíz Pan integral y Yogur natural Kcal:617 Prot:33,1 Lip:15,5 HC:85,5	- Día 11 - .Crema de puerro Magro de cerdo en salsa con verduras eco Pan y Fruta de temporada Kcal:389 Prot:20,8 Lip:11,2 HC:54,3	- Día 12 - .Judias pintas con verduras .Tortilla Francesa c/ Lechuga y zanahoria Pan integral y Fruta de Temporada Kcal:581 Prot:25 Lip:9,5 HC:98,9	- Día 13 - *Patatas guisadas con magro adobado *Filete de palometa con ajito y cebolla en salsa de tomate c/ Lechuga Pan y Fruta de temporada ECO Kcal:159 Prot:13,7 Lip:5,2 HC:14,2
- Día 16 - Macarrones integrales con salsa de tomate *Albondigas burger meat en salsa con patatas Pan y Fruta de temporada Kcal:603 Prot:20,9 Lip:27,5 HC:70,9	- Día 17 - *Alubias blancas estofadas con verduras .Tortilla Española c/ Lechuga y maíz Pan integral y Yogur natural Kcal:623 Prot:26,5 Lip:14,8 HC:94,3	- Día 18 - JORNADA OTOÑAL Crema de calabaza y zanahoria *Estofado de pavo con champiñones Pan y Yogur natural Kcal:415 Prot:31,7 Lip:12,1 HC:48,3	- Día 19 - *Paella de verduras * Merluza en salsa de calabaza c/ Lechuga Pan integral y Fruta de Temporada Kcal:378 Prot:10,5 Lip:4,8 HC:74,9	- Día 20 - .Sopa de Cocido .Cocido Madrileño completo Pan y Fruta de temporada Kcal:496 Prot:21,1 Lip:19,7 HC:66,6
- Día 23 - *Lentejas a la hortelana Salmon con verduritas Pan y Fruta Natural Kcal:493 Prot:25,7 Lip:15,4 HC:67	- Día 24 - .Arroz con tomate Cinta de lomo fresca en salsa con daditos de calabaza Pan integral y Yogur natural Kcal:578 Prot:30 Lip:12,4 HC:78,9	- Día 25 - *Espirales integrales carbonara .Tortilla Francesa con jamón york c/ Lechuga y remolacha Pan y Fruta de temporada Kcal:507 Prot:24,9 Lip:17,3 HC:65,5	- Día 26 - Brocoli con ajito y pimenton Filete de pollo encebollado c/ Patatas fritas Pan integral y Fruta de temporada Kcal:593 Prot:24,8 Lip:25,2 HC:68	- Día 27 - .Patatas guisadas a la Riojana .Filete de merluza en salsa verde Pan y Fruta de temporada Kcal:523 Prot:36,4 Lip:22,5 HC:47,3
- Día 30 - DÍA PROTEINA VEGETAL Lentejas estofadas con verduras Lasaña vegetal Pan y Yogur natural Kcal:373 Prot:18,9 Lip:7 HC:62,1				

Este menú ha sido elaborado por el Departamento de Dietética y Nutrición de Enasui, S.L. (R.S. 2610104-M). Utilizamos para la elaboración de nuestros platos Aceite de Oliva, Productos Integrales, Alimentos Neurosaludables, procedentes de Agricultura Ecológica y de Km "0". Los valores nutricionales se expresan en % sobre la energía total y en raciones de 100 gr. Atendiendo al Reglamento (UE) nº 1169/2011, los alérgenos correspondientes a cada plato están disponibles en la dirección www.enasui.com, o en el teléfono 918729230 Ext. 3. En nuestra página WEB, dispone además de las recomendaciones para las cenas..

Menús Equilibrados | Ecológicamente Responsables | Alimentación Neurosalidable | Certificaciones de calidad | Concienciados Socialmente | Alimentos de proximidad







NOVIEMBRE 2026
MENÚ SIN GLUTEN

CEIP Winston Churchill

Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes
- Día 2 - 	- Día 3 - Pasta (sin gluten/huevo) Filete de abadejo al horno con daditos de zanahoria Fruta de temporada Kcal:91 Prot:11,3 Lip:1,9 HC:7,1	- Día 4 - .Crema Vichy *Filete de pollo al limon Yogur natural Kcal:272 Prot:20,2 Lip:13,1 HC:18,3	- Día 5 - Sopa (pasta sin gluten/huevo) .Cocido Madrileño completo Fruta Natural Kcal:357 Prot:17,1 Lip:17,7 HC:38,3	- Día 6 - *Guisantes rehogados con cebolla *Bacalao al horno Fruta de temporada Kcal:240 Prot:17,8 Lip:8,9 HC:22,4
- Día 9 -	- Día 10 - *Brocoli al ajillo *Salmon a la naranja Yogur natural Kcal:257 Prot:16,6 Lip:17,2 HC:8,4	- Día 11 - .Crema de puerro Magro de cerdo en salsa con verduras eco Fruta de temporada Kcal:253 Prot:16,9 Lip:9,2 HC:25,3	- Día 12 - .Judias pintas con verduras .Tortilla Francesa Fruta de Temporada Kcal:340 Prot:17 Lip:8,1 HC:49,9	- Día 13 - *Patatas guisadas con magro adobado *Filete de palometa con ajito y cebolla en salsa de tomate Fruta de temporada ECO Kcal:148 Prot:13,1 Lip:5 HC:12,6
- Día 16 - Pasta (sin gluten/huevo) Ragout de ternera en salsa con patatas Fruta de temporada Kcal:273 Prot:12,6 Lip:17,1 HC:17,3	- Día 17 - *Alubias blancas estofadas con verduras .Tortilla Española Yogur natural Kcal:382 Prot:18,5 Lip:13,4 HC:45,3	- Día 18 - *Crema de calabaza y zanahoria *Estofado de pavo con champiñones Yogur natural Kcal:279 Prot:27,8 Lip:10,1 HC:19,3	- Día 19 - *Paella de verduras * Merluza en salsa de calabaza Fruta de Temporada Kcal:137 Prot:2,5 Lip:3,4 HC:25,9	- Día 20 - Sopa (pasta sin gluten/huevo) .Cocido Madrileño completo Fruta de temporada Kcal:354 Prot:17,2 Lip:17,7 HC:37,6
- Día 23 - .Crema de calabaza Salmon con verduritas Fruta Natural Kcal:241 Prot:12,1 Lip:13 HC:19,4	- Día 24 - .Arroz con tomate Cinta de lomo fresca en salsa con daditos de calabaza Yogur natural Kcal:337 Prot:22 Lip:11 HC:29,9	- Día 25 - Pasta (sin gluten/huevo) .Tortilla Francesa con jamón york Fruta de temporada Kcal:203 Prot:14,8 Lip:8,8 HC:15,9	- Día 26 - Brocoli con ajito y pimenton Filete de pollo encebollado Fruta de temporada Kcal:240 Prot:16,1 Lip:13,8 HC:14,2	- Día 27 - .Patatas guisadas a la Riojana .Filete de merluza en salsa verde Fruta de temporada Kcal:387 Prot:32,5 Lip:20,5 HC:18,3
- Día 30 - .Crema de calabacín Ragout de ternera en salsa con patatas Yogur natural Kcal:336 Prot:17,2 Lip:21,5 HC:18,8				

Este menú ha sido elaborado por el Departamento de Dietética y Nutrición de Enasui, S.L. (R.S. 2610104-M). Utilizamos para la elaboración de nuestros platos Aceite de Oliva, Productos Integrales, Alimentos Neurosaludables, procedentes de Agricultura Ecológica y de Km "0". Los valores nutricionales se expresan en % sobre la energía total y en raciones de 100 gr. Atendiendo al Reglamento (UE) nº 1169/2011, los alérgenos correspondientes a cada plato están disponibles en la dirección www.enasui.com, o en el teléfono 918729230 Ext. 3. En nuestra página WEB, dispone además de las recomendaciones para las cenas..

Menús Equilibrados | Ecológicamente Responsables | Alimentación Neurosalidable | Certificaciones de calidad | Concienciados Socialmente | Alimentos de proximidad















NOVIEMBRE 2026
MENÚ SIN LACTOSA, PROTEINA LÁCTEA

CEIP Winston Churchill

Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes
- Día 2 - 	- Día 3 - *Macarrones integrales a la napolitana Filete de abadejo al horno con daditos de zanahoria Pan integral y Fruta de temporada Kcal:465 Prot:22,7 Lip:7,7 HC:75,9	- Día 4 - .Crema Vichy *Filete de pollo al limon c/ Lechuga y maíz Pan y Fruta variada Kcal:414 Prot:34,9 Lip:12,4 HC:44,8	- Día 5 - .Sopa de Cocido .Cocido Madrileño completo Pan integral y Fruta Natural Kcal:604 Prot:25,1 Lip:19,1 HC:87,3	- Día 6 - *Guisantes rehogados con cebolla *Bacalao al horno c/ Lechuga y remolacha Pan y Fruta de temporada Kcal:386 Prot:22,2 Lip:11 HC:53
- Día 9 -	- Día 10 - *Lentejas con arroz y verduras *Salmon a la naranja c/ Lechuga y maíz Pan integral y Fruta variada Kcal:624 Prot:43,9 Lip:12,8 HC:83	- Día 11 - .Crema de puerro Magro de cerdo en salsa con verduras eco Pan y Fruta de temporada Kcal:389 Prot:20,8 Lip:11,2 HC:54,3	- Día 12 - .Judias pintas con verduras .Tortilla Francesa c/ Lechuga y zanahoria Pan integral y Fruta de Temporada Kcal:581 Prot:25 Lip:9,5 HC:98,9	- Día 13 - *Patatas guisadas con magro adobado *Filete de palometa con ajito y cebolla en salsa de tomate c/ Lechuga Pan y Fruta de temporada ECO Kcal:159 Prot:13,7 Lip:5,2 HC:14,2
- Día 16 - Macarrones integrales con salsa de tomate *Albondigas burger meat en salsa con patatas Pan y Fruta de temporada Kcal:603 Prot:20,9 Lip:27,5 HC:70,9	- Día 17 - *Alubias blancas estofadas con verduras .Tortilla Española c/ Lechuga y maíz Pan integral y Fruta variada Kcal:630 Prot:37,3 Lip:12,1 HC:91,8	- Día 18 - *Crema de calabaza y zanahoria *Estofado de pavo con champiñones Pan y Fruta variada Kcal:422 Prot:42,5 Lip:9,4 HC:45,8	- Día 19 - *Paella de verduras * Merluza en salsa de calabaza c/ Lechuga Pan integral y Fruta de Temporada Kcal:378 Prot:10,5 Lip:4,8 HC:74,9	- Día 20 - .Sopa de Cocido .Cocido Madrileño completo Pan y Fruta de temporada Kcal:496 Prot:21,1 Lip:19,7 HC:66,6
- Día 23 - *Lentejas a la hortelana Salmon con verduritas Pan y Fruta Natural Kcal:493 Prot:25,7 Lip:15,4 HC:67	- Día 24 - .Arroz con tomate Cinta de lomo fresca en salsa con daditos de calabaza Pan integral y Fruta variada Kcal:585 Prot:40,8 Lip:9,7 HC:76,4	- Día 25 - .Espirales blancos salteados con verduras .Tortilla Francesa con jamón york c/ Lechuga y remolacha Pan y Fruta de temporada Kcal:475 Prot:22,1 Lip:16,7 HC:62,1	- Día 26 - Brocoli con ajito y pimenton Filete de pollo encebollado c/ Patatas fritas Pan integral y Fruta de temporada Kcal:593 Prot:24,8 Lip:25,2 HC:68	- Día 27 - .Patatas guisadas a la Riojana .Filete de merluza en salsa verde Pan y Fruta de temporada Kcal:523 Prot:36,4 Lip:22,5 HC:47,3
- Día 30 - .Lentejas estofadas con verduras Ragout de ternera en salsa con patatas Pan y Fruta variada Kcal:595 Prot:41,5 Lip:21,2 HC:63,7				

Este menú ha sido elaborado por el Departamento de Dietética y Nutrición de Enasui, S.L. (R.S. 2610104-M). Utilizamos para la elaboración de nuestros platos Aceite de Oliva, Productos Integrales, Alimentos Neurosaludables, procedentes de Agricultura Ecológica y de Km "0". Los valores nutricionales se expresan en % sobre la energía total y en raciones de 100 gr. Atendiendo al Reglamento (UE) nº 1169/2011, los alérgenos correspondientes a cada plato están disponibles en la dirección www.enasui.com, o en el teléfono 918729230 Ext. 3. En nuestra página WEB, dispone además de las recomendaciones para las cenas..

Menús Equilibrados | Ecológicamente Responsables | Alimentación Neurosalidable | Certificaciones de calidad | Concienciados Socialmente | Alimentos de proximidad















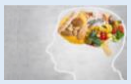
NOVIEMBRE 2026
MENÚ SIN MARISCO

CEIP Winston Churchill

Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes
- Día 2 - 	- Día 3 - *Macarrones integrales a la napolitana Cinta de lomo fresca en salsa Pan integral y Fruta de temporada Kcal:598 Prot:29,6 Lip:19,2 HC:76,6	- Día 4 - .Crema Vichy *Filete de pollo al limon c/ Lechuga y maíz Pan y Yogur natural Kcal:408 Prot:24,1 Lip:15,1 HC:47,3	- Día 5 - .Sopa de Cocido .Cocido Madrileño completo Pan integral y Fruta Natural Kcal:604 Prot:25,1 Lip:19,1 HC:87,3	- Día 6 - *Guisantes rehogados con cebolla Pollo asado en su jugo c/ Lechuga y remolacha Pan y Fruta de temporada Kcal:447 Prot:24,4 Lip:15,7 HC:55,2
- Día 9 -	- Día 10 - *Lentejas con arroz y verduras .Filete de pollo en su jugo c/ Lechuga y maíz Pan integral y Yogur natural Kcal:628 Prot:37,6 Lip:14,3 HC:87	- Día 11 - .Crema de puerro Magro de cerdo en salsa con verduras eco Pan y Fruta de temporada Kcal:389 Prot:20,8 Lip:11,2 HC:54,3	- Día 12 - .Judias pintas con verduras .Tortilla Francesa c/ Lechuga y zanahoria Pan integral y Fruta de Temporada Kcal:581 Prot:25 Lip:9,5 HC:98,9	- Día 13 - *Patatas guisadas con magro adobado Cinta de lomo fresca en salsa c/ Lechuga Pan y Fruta de temporada ECO Kcal:282 Prot:21,8 Lip:15,7 HC:13
- Día 16 - Macarrones integrales con salsa de tomate *Albondigas burger meat en salsa con patatas Pan y Fruta de temporada Kcal:603 Prot:20,9 Lip:27,5 HC:70,9	- Día 17 - *Alubias blancas estofadas con verduras .Tortilla Española c/ Lechuga y maíz Pan integral y Yogur natural Kcal:623 Prot:26,5 Lip:14,8 HC:94,3	- Día 18 - *Crema de calabaza y zanahoria *Estofado de pavo con champiñones Pan y Yogur natural Kcal:415 Prot:31,7 Lip:12,1 HC:48,3	- Día 19 - *Paella de verduras Pollo asado en su jugo c/ Lechuga Pan integral y Fruta de Temporada Kcal:544 Prot:25,7 Lip:14,8 HC:78,6	- Día 20 - .Sopa de Cocido .Cocido Madrileño completo Pan y Fruta de temporada Kcal:496 Prot:21,1 Lip:19,7 HC:66,6
- Día 23 - *Lentejas a la hortelana Ragout de ternera en salsa con patatas Pan y Fruta Natural Kcal:569 Prot:27,3 Lip:21,7 HC:70,8	- Día 24 - .Arroz con tomate Cinta de lomo fresca en salsa con daditos de calabaza Pan integral y Yogur natural Kcal:578 Prot:30 Lip:12,4 HC:78,9	- Día 25 - *Espirales integrales carbonara .Tortilla Francesa con jamón york c/ Lechuga y remolacha Pan y Fruta de temporada Kcal:507 Prot:24,9 Lip:17,3 HC:65,5	- Día 26 - Brocoli con ajito y pimenton Filete de pollo encebollado c/ Patatas fritas Pan integral y Fruta de temporada Kcal:593 Prot:24,8 Lip:25,2 HC:68	- Día 27 - .Patatas guisadas a la Riojana Cinta de lomo fresca en salsa con zanahoria baby Pan y Fruta de temporada Kcal:399 Prot:24,4 Lip:14,3 HC:46,5
- Día 30 - .Lentejas estofadas con verduras Ragout de ternera en salsa con patatas Pan y Yogur natural Kcal:589 Prot:30,7 Lip:23,9 HC:66,2				

Este menú ha sido elaborado por el Departamento de Dietética y Nutrición de Enasui, S.L. (R.S. 2610104-M). Utilizamos para la elaboración de nuestros platos Aceite de Oliva, Productos Integrales, Alimentos Neurosaludables, procedentes de Agricultura Ecológica y de Km "0". Los valores nutricionales se expresan en % sobre la energía total y en raciones de 100 gr. Atendiendo al Reglamento (UE) nº 1169/2011, los alérgenos correspondientes a cada plato están disponibles en la dirección www.enasui.com, o en el teléfono 918729230 Ext. 3. En nuestra página WEB, dispone además de las recomendaciones para las cenas..

Menús Equilibrados | Ecológicamente Responsables | Alimentación Neurosalidable | Certificaciones de calidad | Concienciados Socialmente | Alimentos de proximidad







NOVIEMBRE 2026
MENÚ SIN PESCADO

CEIP Winston Churchill

Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes
- Día 2 - 	- Día 3 - *Macarrones integrales a la napolitana Cinta de lomo fresca en salsa Pan integral y Fruta de temporada Kcal:598 Prot:29,6 Lip:19,2 HC:76,6	- Día 4 - .Crema Vichy *Filete de pollo al limon c/ Lechuga y maíz Pan y Yogur natural Kcal:408 Prot:24,1 Lip:15,1 HC:47,3	- Día 5 - .Sopa de Cocido .Cocido Madrileño completo Pan integral y Fruta Natural Kcal:604 Prot:25,1 Lip:19,1 HC:87,3	- Día 6 - *Guisantes rehogados con cebolla Pollo asado en su jugo c/ Lechuga y remolacha Pan y Fruta de temporada Kcal:447 Prot:24,4 Lip:15,7 HC:55,2
- Día 9 -	- Día 10 - *Lentejas con arroz y verduras .Filete de pollo en su jugo c/ Lechuga y maíz Pan integral y Yogur natural Kcal:628 Prot:37,6 Lip:14,3 HC:87	- Día 11 - .Crema de puerro Magro de cerdo en salsa con verduras eco Pan y Fruta de temporada Kcal:389 Prot:20,8 Lip:11,2 HC:54,3	- Día 12 - .Judias pintas con verduras .Tortilla Francesa c/ Lechuga y zanahoria Pan integral y Fruta de Temporada Kcal:581 Prot:25 Lip:9,5 HC:98,9	- Día 13 - *Patatas guisadas con magro adobado Cinta de lomo fresca en salsa c/ Lechuga Pan y Fruta de temporada ECO Kcal:282 Prot:21,8 Lip:15,7 HC:13
- Día 16 - Macarrones integrales con salsa de tomate *Albondigas burger meat en salsa con patatas Pan y Fruta de temporada Kcal:603 Prot:20,9 Lip:27,5 HC:70,9	- Día 17 - *Alubias blancas estofadas con verduras .Tortilla Española c/ Lechuga y maíz Pan integral y Yogur natural Kcal:623 Prot:26,5 Lip:14,8 HC:94,3	- Día 18 - *Crema de calabaza y zanahoria *Estofado de pavo con champiñones Pan y Yogur natural Kcal:415 Prot:31,7 Lip:12,1 HC:48,3	- Día 19 - *Paella de verduras Pollo asado en su jugo c/ Lechuga Pan integral y Fruta de Temporada Kcal:544 Prot:25,7 Lip:14,8 HC:78,6	- Día 20 - .Sopa de Cocido .Cocido Madrileño completo Pan y Fruta de temporada Kcal:496 Prot:21,1 Lip:19,7 HC:66,6
- Día 23 - *Lentejas a la hortelana Ragout de ternera en salsa con patatas Pan y Fruta Natural Kcal:569 Prot:27,3 Lip:21,7 HC:70,8	- Día 24 - .Arroz con tomate Cinta de lomo fresca en salsa con daditos de calabaza Pan integral y Yogur natural Kcal:578 Prot:30 Lip:12,4 HC:78,9	- Día 25 - *Espirales integrales carbonara .Tortilla Francesa con jamón york c/ Lechuga y remolacha Pan y Fruta de temporada Kcal:507 Prot:24,9 Lip:17,3 HC:65,5	- Día 26 - Brocoli con ajito y pimenton Filete de pollo encebollado c/ Patatas fritas Pan integral y Fruta de temporada Kcal:593 Prot:24,8 Lip:25,2 HC:68	- Día 27 - .Patatas guisadas a la Riojana Cinta de lomo fresca en salsa con zanahoria baby Pan y Fruta de temporada Kcal:399 Prot:24,4 Lip:14,3 HC:46,5
- Día 30 - .Lentejas estofadas con verduras Ragout de ternera en salsa con patatas Pan y Yogur natural Kcal:589 Prot:30,7 Lip:23,9 HC:66,2				

Este menú ha sido elaborado por el Departamento de Dietética y Nutrición de Enasui, S.L. (R.S. 2610104-M). Utilizamos para la elaboración de nuestros platos Aceite de Oliva, Productos Integrales, Alimentos Neurosaludables, procedentes de Agricultura Ecológica y de Km "0". Los valores nutricionales se expresan en % sobre la energía total y en raciones de 100 gr. Atendiendo al Reglamento (UE) nº 1169/2011, los alérgenos correspondientes a cada plato están disponibles en la dirección www.enasui.com, o en el teléfono 918729230 Ext. 3. En nuestra página WEB, dispone además de las recomendaciones para las cenas..

Menús Equilibrados | Ecológicamente Responsables | Alimentación Neurosalidable | Certificaciones de calidad | Concienciados Socialmente | Alimentos de proximidad





NOVIEMBRE 2026
MENÚ SIN AJO

CEIP Winston Churchill

Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes
- Día 2 - 	- Día 3 - Macarrones hervidos con champiñón *Abadejo al horno Pan integral y Fruta de temporada Kcal:470 Prot:20,4 Lip:5,7 HC:74,1	- Día 4 - Coliflor hervida Filete de pollo al horno c/ Lechuga y maíz Pan y Yogur natural Kcal:404 Prot:33,2 Lip:15 HC:37,6	- Día 5 - *Arroz blanco .Cinta de lomo adobada al horno Pan integral y Fruta Natural Kcal:741 Prot:26,5 Lip:33,8 HC:83,6	- Día 6 - Judías verdes hervidas .Filete de bacalao rebozado c/ Lechuga y remolacha Pan y Fruta de temporada Kcal:458 Prot:19,3 Lip:15 HC:64,4
- Día 9 -	- Día 10 - Lentejas hervidas con zanahoria Salmon al horno c/ Lechuga y maíz Pan integral y Yogur natural Kcal:696 Prot:45,9 Lip:18,5 HC:91	- Día 11 - *Arroz blanco .Cinta de lomo adobada al horno Pan y Fruta de temporada Kcal:652 Prot:22,9 Lip:34,1 HC:66,7	- Día 12 - Judias pintas hervidas .Tortilla Francesa c/ Lechuga y zanahoria Pan integral y Fruta de Temporada Kcal:667 Prot:27,9 Lip:14,8 HC:105,7	- Día 13 - Brocoli hervido Filete de palometa al horno c/ Lechuga Pan y Fruta de temporada ECO Kcal:147 Prot:15,7 Lip:8,2 HC:2,7
- Día 16 - Macarrones hervidos con calabacín Ragout de ternera al horno Pan y Fruta de temporada Kcal:644 Prot:21,3 Lip:36,2 HC:62,2	- Día 17 - Alubias blancas hervidas .Tortilla Francesa c/ Lechuga y maíz Pan integral y Yogur natural Kcal:666 Prot:30,5 Lip:14,6 HC:102,2	- Día 18 - Calabacín hervido Filete de pollo al horno Pan y Yogur natural Kcal:378 Prot:31,5 Lip:13,3 HC:36,5	- Día 19 - *Arroz blanco Filete de merluza al horno c/ Lechuga Pan integral y Fruta de Temporada Kcal:523 Prot:19,7 Lip:8,9 HC:81,9	- Día 20 - Judías verdes hervidas .Cinta de lomo adobada al horno Pan y Fruta de temporada Kcal:520 Prot:22,4 Lip:30,8 HC:42,9
- Día 23 - Lentejas hervidas con zanahoria Salmon al horno Pan y Fruta Natural Kcal:571 Prot:38,4 Lip:16,9 HC:75,5	- Día 24 - *Arroz blanco .Cinta de lomo adobada al horno Pan integral y Yogur natural Kcal:760 Prot:30 Lip:36 HC:79	- Día 25 - Macarrones hervidos con champiñón .Tortilla Francesa con jamón york c/ Lechuga y remolacha Pan y Fruta de temporada Kcal:470 Prot:22,7 Lip:14,7 HC:65	- Día 26 - Brocoli hervido Filete de pollo al horno c/ Patatas fritas Pan integral y Fruta de temporada Kcal:574 Prot:35,1 Lip:20,1 HC:64,2	- Día 27 - *Arroz blanco Filete de merluza al horno Pan y Fruta de temporada Kcal:407 Prot:15 Lip:8,8 HC:60,1
- Día 30 - Lentejas hervidas con zanahoria .Cinta de lomo adobada al horno Pan y Yogur natural Kcal:715 Prot:37,8 Lip:36,7 HC:67,2				

Este menú ha sido elaborado por el Departamento de Dietética y Nutrición de Enasui, S.L. (R.S. 2610104-M). Utilizamos para la elaboración de nuestros platos Aceite de Oliva, Productos Integrales, Alimentos Neurosaludables, procedentes de Agricultura Ecológica y de Km "0". Los valores nutricionales se expresan en % sobre la energía total y en raciones de 100 gr. Atendiendo al Reglamento (UE) nº 1169/2011, los alérgenos correspondientes a cada plato están disponibles en la dirección www.enasui.com, o en el teléfono 918729230 Ext. 3. En nuestra página WEB, dispone además de las recomendaciones para las cenas..

Menús Equilibrados | Ecológicamente Responsables | Alimentación Neurosalidable | Certificaciones de calidad | Concienciados Socialmente | Alimentos de proximidad







NOVIEMBRE 2026
MENÚ SIN BRÓCOLI, VAINILLA

CEIP Winston Churchill

Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes
- Día 2 -  	- Día 3 - *Macarrones integrales a la napolitana Filete de abadejo al horno con daditos de zanahoria Pan integral y Fruta de temporada Kcal:465 Prot:22,7 Lip:7,7 HC:75,9	- Día 4 - .Crema Vichy *Filete de pollo al limon c/ Lechuga y maíz Pan y Yogur natural Kcal:408 Prot:24,1 Lip:15,1 HC:47,3	- Día 5 - .Sopa de Cocido .Cocido Madrileño completo Pan integral y Fruta Natural Kcal:604 Prot:25,1 Lip:19,1 HC:87,3	- Día 6 - *Guisantes rehogados con cebolla .Filete de bacalao rebozado c/ Lechuga y remolacha Pan y Fruta de temporada Kcal:496 Prot:21,8 Lip:16 HC:69
- Día 9 -	- Día 10 - *Lentejas con arroz y verduras *Salmon a la naranja c/ Lechuga y maíz Pan integral y Yogur natural Kcal:617 Prot:33,1 Lip:15,5 HC:85,5	- Día 11 - .Crema de puerro Magro de cerdo en salsa con verduras eco Pan y Fruta de temporada Kcal:389 Prot:20,8 Lip:11,2 HC:54,3	- Día 12 - .Judias pintas con verduras .Tortilla Francesa c/ Lechuga y zanahoria Pan integral y Fruta de Temporada Kcal:581 Prot:25 Lip:9,5 HC:98,9	- Día 13 - *Patatas guisadas con magro adobado *Filete de palometa con ajito y cebolla en salsa de tomate c/ Lechuga Pan y Fruta de temporada ECO Kcal:159 Prot:13,7 Lip:5,2 HC:14,2
- Día 16 - Macarrones integrales con salsa de tomate *Albondigas burger meat en salsa con patatas Pan y Fruta de temporada Kcal:603 Prot:20,9 Lip:27,5 HC:70,9	- Día 17 - *Alubias blancas estofadas con verduras .Tortilla Española c/ Lechuga y maíz Pan integral y Yogur natural Kcal:623 Prot:26,5 Lip:14,8 HC:94,3	- Día 18 - *Crema de calabaza y zanahoria *Estofado de pavo con champiñones Pan y Yogur natural Kcal:415 Prot:31,7 Lip:12,1 HC:48,3	- Día 19 - *Paella de verduras * Merluza en salsa de calabaza c/ Lechuga Pan integral y Fruta de Temporada Kcal:378 Prot:10,5 Lip:4,8 HC:74,9	- Día 20 - .Sopa de Cocido .Cocido Madrileño completo Pan y Fruta de temporada Kcal:496 Prot:21,1 Lip:19,7 HC:66,6
- Día 23 - *Lentejas a la hortelana Salmon con verduritas Pan y Fruta Natural Kcal:493 Prot:25,7 Lip:15,4 HC:67	- Día 24 - .Arroz con tomate Cinta de lomo fresca en salsa con daditos de calabaza Pan integral y Yogur natural Kcal:578 Prot:30 Lip:12,4 HC:78,9	- Día 25 - *Espirales integrales carbonara .Tortilla Francesa con jamón york c/ Lechuga y remolacha Pan y Fruta de temporada Kcal:507 Prot:24,9 Lip:17,3 HC:65,5	- Día 26 - .Crema de zanahoria Filete de pollo encebollado c/ Patatas fritas Pan integral y Fruta de temporada Kcal:606 Prot:23,9 Lip:23,2 HC:77,2	- Día 27 - .Patatas guisadas a la Riojana .Filete de merluza en salsa verde Pan y Fruta de temporada Kcal:523 Prot:36,4 Lip:22,5 HC:47,3
- Día 30 - .Lentejas estofadas con verduras Lasaña vegetal Pan y Yogur natural Kcal:373 Prot:18,9 Lip:7 HC:62,1				

Este menú ha sido elaborado por el Departamento de Dietética y Nutrición de Enasui, S.L. (R.S. 2610104-M). Utilizamos para la elaboración de nuestros platos Aceite de Oliva, Productos Integrales, Alimentos Neurosaludables, procedentes de Agricultura Ecológica y de Km "0". Los valores nutricionales se expresan en % sobre la energía total y en raciones de 100 gr. Atendiendo al Reglamento (UE) nº 1169/2011, los alérgenos correspondientes a cada plato están disponibles en la dirección www.enasui.com, o en el teléfono 918729230 Ext. 3. En nuestra página WEB, dispone además de las recomendaciones para las cenas..

Menús Equilibrados | Ecológicamente Responsables | Alimentación Neurosalidable | Certificaciones de calidad | Concienciados Socialmente | Alimentos de proximidad





NOVIEMBRE 2026
MENÚ SIN CERDO

CEIP Winston Churchill

Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes
- Día 2 - 	- Día 3 - *Macarrones integrales a la napolitana Filete de abadejo al horno con daditos de zanahoria Fruta de temporada Kcal:224 Prot:14,7 Lip:6,3 HC:26,9	- Día 4 - .Crema Vichy *Filete de pollo al limon Yogur natural Kcal:272 Prot:20,2 Lip:13,1 HC:18,3	- Día 5 - Sopa de ave Cocido madrileño sin embutidos Fruta Natural Kcal:347 Prot:18,3 Lip:8,1 HC:51	- Día 6 - *Guisantes rehogados con cebolla .Filete de bacalao rebozado Fruta de temporada Kcal:350 Prot:17,4 Lip:13,9 HC:38,4
- Día 9 -	- Día 10 - *Lentejas con arroz y verduras *Salmon a la naranja Yogur natural Kcal:376 Prot:25,1 Lip:14,1 HC:36,5	- Día 11 - .Crema de puerro Pollo asado en su jugo Fruta de temporada Kcal:280 Prot:17,4 Lip:11,9 HC:25,8	- Día 12 - .Judias pintas con verduras .Tortilla Francesa Fruta de Temporada Kcal:340 Prot:17 Lip:8,1 HC:49,9	- Día 13 - .Patatas guisadas con verduras *Filete de palometa con ajito y cebolla en salsa de tomate Fruta de temporada ECO Kcal:144 Prot:11,7 Lip:4 HC:15,8
- Día 16 - Macarrones integrales con salsa de tomate Ragout de ternera en salsa con patatas Fruta de temporada Kcal:412 Prot:18 Lip:22 HC:35	- Día 17 - *Alubias blancas estofadas con verduras .Tortilla Española Yogur natural Kcal:382 Prot:18,5 Lip:13,4 HC:45,3	- Día 18 - *Crema de calabaza y zanahoria *Estofado de pavo con champiñones Yogur natural Kcal:279 Prot:27,8 Lip:10,1 HC:19,3	- Día 19 - *Paella de verduras * Merluza en salsa de calabaza Fruta de Temporada Kcal:137 Prot:2,5 Lip:3,4 HC:25,9	- Día 20 - Sopa de ave Cocido madrileño sin embutidos Fruta de temporada Kcal:344 Prot:18,4 Lip:8,1 HC:50,3
- Día 23 - *Lentejas a la hortelana Salmon con verduritas Fruta Natural Kcal:357 Prot:21,8 Lip:13,4 HC:38	- Día 24 - .Arroz con tomate Filete de pollo al horno Yogur natural Kcal:365 Prot:29,2 Lip:11,4 HC:28,8	- Día 25 - Espirales integrales con verduras .Tortilla Francesa Fruta de temporada Kcal:324 Prot:9,9 Lip:12,6 HC:41,8	- Día 26 - Brocoli con ajito y pimenton Filete de pollo encebollado Fruta de temporada Kcal:240 Prot:16,1 Lip:13,8 HC:14,2	- Día 27 - .Patatas guisadas con verduras .Filete de merluza en salsa verde Fruta de temporada Kcal:376 Prot:31 Lip:18,4 HC:22
- Día 30 - .Lentejas estofadas con verduras Lasaña vegetal Yogur natural Kcal:237 Prot:15 Lip:5 HC:33,1				

Este menú ha sido elaborado por el Departamento de Dietética y Nutrición de Enasui, S.L. (R.S. 2610104-M). Utilizamos para la elaboración de nuestros platos Aceite de Oliva, Productos Integrales, Alimentos Neurosaludables, procedentes de Agricultura Ecológica y de Km "0". Los valores nutricionales se expresan en % sobre la energía total y en raciones de 100 gr. Atendiendo al Reglamento (UE) nº 1169/2011, los alérgenos correspondientes a cada plato están disponibles en la dirección www.enasui.com, o en el teléfono 918729230 Ext. 3. En nuestra página WEB, dispone además de las recomendaciones para las cenas..

Menús Equilibrados | Ecológicamente Responsables | Alimentación Neurosalidable | Certificaciones de calidad | Concienciados Socialmente | Alimentos de proximidad















NOVIEMBRE 2026
MENÚ SIN CERDO, FRUTOS SECOS

CEIP Winston Churchill

Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes
- Día 2 - 	- Día 3 - *Macarrones integrales a la napolitana Filete de abadejo al horno con daditos de zanahoria Fruta de temporada Kcal:224 Prot:14,7 Lip:6,3 HC:26,9	- Día 4 - .Crema Vichy *Filete de pollo al limon c/ Lechuga y maíz Yogur natural Kcal:272 Prot:20,2 Lip:13,1 HC:18,3	- Día 5 - Sopa de ave Cocido madrileño sin embutidos Fruta Natural Kcal:347 Prot:18,3 Lip:8,1 HC:51	- Día 6 - *Guisantes rehogados con cebolla .Filete de bacalao rebozado c/ Lechuga y remolacha Fruta de temporada Kcal:360 Prot:17,9 Lip:14 HC:40
- Día 9 -	- Día 10 - *Lentejas con arroz y verduras *Salmon a la naranja c/ Lechuga y maíz Yogur natural Kcal:376 Prot:25,1 Lip:14,1 HC:36,5	- Día 11 - .Crema de puerro Pollo asado en su jugo Fruta de temporada Kcal:280 Prot:17,4 Lip:11,9 HC:25,8	- Día 12 - .Judias pintas con verduras .Tortilla Francesa c/ Lechuga y zanahoria Fruta de Temporada Kcal:340 Prot:17 Lip:8,1 HC:49,9	- Día 13 - .Patatas guisadas con verduras *Filete de palometa con ajito y cebolla en salsa de tomate c/ Lechuga Fruta de temporada ECO Kcal:155 Prot:12,2 Lip:4,2 HC:17,4
- Día 16 - Macarrones integrales con salsa de tomate Ragout de ternera en salsa con patatas Fruta de temporada Kcal:412 Prot:18 Lip:22 HC:35	- Día 17 - *Alubias blancas estofadas con verduras .Tortilla Española c/ Lechuga y maíz Yogur natural Kcal:382 Prot:18,5 Lip:13,4 HC:45,3	- Día 18 - *Crema de calabaza y zanahoria *Estofado de pavo con champiñones Yogur natural Kcal:279 Prot:27,8 Lip:10,1 HC:19,3	- Día 19 - *Paella de verduras * Merluza en salsa de calabaza c/ Lechuga Fruta de Temporada Kcal:137 Prot:2,5 Lip:3,4 HC:25,9	- Día 20 - Sopa de ave Cocido madrileño sin embutidos Fruta de temporada Kcal:344 Prot:18,4 Lip:8,1 HC:50,3
- Día 23 - *Lentejas a la hortelana Salmon con verduritas Fruta Natural Kcal:357 Prot:21,8 Lip:13,4 HC:38	- Día 24 - .Arroz con tomate Filete de pollo al horno Yogur natural Kcal:365 Prot:29,2 Lip:11,4 HC:28,8	- Día 25 - Espirales integrales con verduras .Tortilla Francesa c/ Lechuga y remolacha Fruta de temporada Kcal:334 Prot:10,4 Lip:12,7 HC:43,4	- Día 26 - Brocoli con ajito y pimenton Filete de pollo encebollado c/ Patatas fritas Fruta de temporada Kcal:352 Prot:16,8 Lip:23,8 HC:19	- Día 27 - .Patatas guisadas con verduras .Filete de merluza en salsa verde Fruta de temporada Kcal:376 Prot:31 Lip:18,4 HC:22
- Día 30 - .Lentejas estofadas con verduras Lasaña vegetal Yogur natural Kcal:237 Prot:15 Lip:5 HC:33,1				

Este menú ha sido elaborado por el Departamento de Dietética y Nutrición de Enasui, S.L. (R.S. 2610104-M). Utilizamos para la elaboración de nuestros platos Aceite de Oliva, Productos Integrales, Alimentos Neurosaludables, procedentes de Agricultura Ecológica y de Km "0". Los valores nutricionales se expresan en % sobre la energía total y en raciones de 100 gr. Atendiendo al Reglamento (UE) nº 1169/2011, los alérgenos correspondientes a cada plato están disponibles en la dirección www.enasui.com, o en el teléfono 918729230 Ext. 3. En nuestra página WEB, dispone además de las recomendaciones para las cenas..

Menús Equilibrados | Ecológicamente Responsables | Alimentación Neurosalidable | Certificaciones de calidad | Concienciados Socialmente | Alimentos de proximidad





NOVIEMBRE 2026
MENÚ SIN FRUTOS SECOS

CEIP Winston Churchill

Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes
- Día 2 -  	- Día 3 - *Macarrones integrales a la napolitana Filete de abadejo al horno con daditos de zanahoria Fruta de temporada Kcal:224 Prot:14,7 Lip:6,3 HC:26,9	- Día 4 - .Crema Vichy *Filete de pollo al limon c/ Lechuga y maíz Yogur natural Kcal:272 Prot:20,2 Lip:13,1 HC:18,3	- Día 5 - .Sopa de Cocido .Cocido Madrileño completo Fruta Natural Kcal:363 Prot:17,1 Lip:17,7 HC:38,3	- Día 6 - *Guisantes rehogados con cebolla .Filete de bacalao rebozado c/ Lechuga y remolacha Fruta de temporada Kcal:360 Prot:17,9 Lip:14 HC:40
- Día 9 -	- Día 10 - *Lentejas con arroz y verduras *Salmon a la naranja c/ Lechuga y maíz Yogur natural Kcal:376 Prot:25,1 Lip:14,1 HC:36,5	- Día 11 - .Crema de puerro Magro de cerdo en salsa con verduras eco Fruta de temporada Kcal:253 Prot:16,9 Lip:9,2 HC:25,3	- Día 12 - .Judias pintas con verduras .Tortilla Francesa c/ Lechuga y zanahoria Fruta de Temporada Kcal:340 Prot:17 Lip:8,1 HC:49,9	- Día 13 - *Patatas guisadas con magro adobado *Filete de palometa con ajito y cebolla en salsa de tomate c/ Lechuga Fruta de temporada ECO Kcal:159 Prot:13,7 Lip:5,2 HC:14,2
- Día 16 - Macarrones integrales con salsa de tomate *Albondigas burger meat en salsa con patatas Fruta de temporada Kcal:467 Prot:17 Lip:25,5 HC:41,9	- Día 17 - *Alubias blancas estofadas con verduras .Tortilla Española c/ Lechuga y maíz Yogur natural Kcal:382 Prot:18,5 Lip:13,4 HC:45,3	- Día 18 - *Crema de calabaza y zanahoria *Estofado de pavo con champiñones Yogur natural Kcal:279 Prot:27,8 Lip:10,1 HC:19,3	- Día 19 - *Paella de verduras * Merluza en salsa de calabaza c/ Lechuga Fruta de Temporada Kcal:137 Prot:2,5 Lip:3,4 HC:25,9	- Día 20 - .Sopa de Cocido .Cocido Madrileño completo Fruta de temporada Kcal:360 Prot:17,2 Lip:17,7 HC:37,6
- Día 23 - *Lentejas a la hortelana Salmon con verduritas Fruta Natural Kcal:357 Prot:21,8 Lip:13,4 HC:38	- Día 24 - .Arroz con tomate Cinta de lomo fresca en salsa con daditos de calabaza Yogur natural Kcal:337 Prot:22 Lip:11 HC:29,9	- Día 25 - *Espirales integrales carbonara .Tortilla Francesa con jamón york c/ Lechuga y remolacha Fruta de temporada Kcal:371 Prot:21 Lip:15,3 HC:36,5	- Día 26 - Brocoli con ajito y pimenton Filete de pollo encebollado c/ Patatas fritas Fruta de temporada Kcal:352 Prot:16,8 Lip:23,8 HC:19	- Día 27 - .Patatas guisadas a la Riojana .Filete de merluza en salsa verde Fruta de temporada Kcal:387 Prot:32,5 Lip:20,5 HC:18,3
- Día 30 - .Lentejas estofadas con verduras Lasaña vegetal Yogur natural Kcal:237 Prot:15 Lip:5 HC:33,1				

Este menú ha sido elaborado por el Departamento de Dietética y Nutrición de Enasui, S.L. (R.S. 2610104-M). Utilizamos para la elaboración de nuestros platos Aceite de Oliva, Productos Integrales, Alimentos Neurosaludables, procedentes de Agricultura Ecológica y de Km "0". Los valores nutricionales se expresan en % sobre la energía total y en raciones de 100 gr. Atendiendo al Reglamento (UE) nº 1169/2011, los alérgenos correspondientes a cada plato están disponibles en la dirección www.enasui.com, o en el teléfono 918729230 Ext. 3. En nuestra página WEB, dispone además de las recomendaciones para las cenas..

Menús Equilibrados | Ecológicamente Responsables | Alimentación Neurosalidable | Certificaciones de calidad | Concienciados Socialmente | Alimentos de proximidad





NOVIEMBRE 2026
MENÚ SIN HUEVO, LECHE, FRUTOS SECOS

CEIP Winston Churchill

Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes
- Día 2 - 	- Día 3 - Pasta (sin gluten/huevo) Filete de abadejo al horno con daditos de zanahoria Fruta de temporada Kcal:91 Prot:11,3 Lip:1,9 HC:7,1	- Día 4 - .Crema Vichy *Filete de pollo al limon c/ Lechuga y maíz Fruta variada Kcal:278 Prot:31 Lip:10,4 HC:15,8	- Día 5 - Sopa (pasta sin gluten/huevo) .Cocido Madrileño completo Fruta Natural Kcal:357 Prot:17,1 Lip:17,7 HC:38,3	- Día 6 - *Guisantes rehogados con cebolla *Bacalao al horno c/ Lechuga y remolacha Fruta de temporada Kcal:250 Prot:18,3 Lip:9 HC:24
- Día 9 -	- Día 10 - *Lentejas con arroz y verduras *Salmon a la naranja c/ Lechuga y maíz Fruta variada Kcal:383 Prot:35,9 Lip:11,4 HC:34	- Día 11 - .Crema de puerro Magro de cerdo en salsa con verduras eco Fruta de temporada Kcal:253 Prot:16,9 Lip:9,2 HC:25,3	- Día 12 - .Judias pintas con verduras Pollo asado en su jugo c/ Lechuga y zanahoria Fruta de Temporada Kcal:356 Prot:25,4 Lip:11,3 HC:39	- Día 13 - *Patatas guisadas con magro adobado *Filete de palometa con ajito y cebolla en salsa de tomate c/ Lechuga Fruta de temporada ECO Kcal:159 Prot:13,7 Lip:5,2 HC:14,2
- Día 16 - Pasta (sin gluten/huevo) *Albondigas burger meat en salsa con patatas Fruta de temporada Kcal:328 Prot:11,6 Lip:20,6 HC:24,2	- Día 17 - *Alubias blancas estofadas con verduras Cinta de lomo fresca en salsa c/ Lechuga y maíz Fruta variada Kcal:437 Prot:42,3 Lip:14,4 HC:34,9	- Día 18 - *Crema de calabaza y zanahoria *Estofado de pavo con champiñones Fruta variada Kcal:286 Prot:38,6 Lip:7,4 HC:16,8	- Día 19 - *Paella de verduras * Merluza en salsa de calabaza c/ Lechuga Fruta de Temporada Kcal:137 Prot:2,5 Lip:3,4 HC:25,9	- Día 20 - Sopa (pasta sin gluten/huevo) .Cocido Madrileño completo Fruta de temporada Kcal:354 Prot:17,2 Lip:17,7 HC:37,6
- Día 23 - *Lentejas a la hortelana Salmon con verduritas Fruta Natural Kcal:357 Prot:21,8 Lip:13,4 HC:38	- Día 24 - .Arroz con tomate Cinta de lomo fresca en salsa con daditos de calabaza Fruta variada Kcal:344 Prot:32,8 Lip:8,3 HC:27,4	- Día 25 - Pasta (sin gluten/huevo) Ragout de ternera en salsa c/ Lechuga y remolacha Fruta de temporada Kcal:398 Prot:14,5 Lip:30,5 HC:16,2	- Día 26 - Brocoli con ajito y pimenton Filete de pollo encebollado c/ Patatas fritas Fruta de temporada Kcal:352 Prot:16,8 Lip:23,8 HC:19	- Día 27 - .Patatas guisadas a la Riojana .Filete de merluza en salsa verde Fruta de temporada Kcal:387 Prot:32,5 Lip:20,5 HC:18,3
- Día 30 - .Lentejas estofadas con verduras Ragout de ternera en salsa con patatas Fruta variada Kcal:459 Prot:37,6 Lip:19,2 HC:34,7				

Este menú ha sido elaborado por el Departamento de Dietética y Nutrición de Enasui, S.L. (R.S. 2610104-M). Utilizamos para la elaboración de nuestros platos Aceite de Oliva, Productos Integrales, Alimentos Neurosaludables, procedentes de Agricultura Ecológica y de Km "0". Los valores nutricionales se expresan en % sobre la energía total y en raciones de 100 gr. Atendiendo al Reglamento (UE) nº 1169/2011, los alérgenos correspondientes a cada plato están disponibles en la dirección www.enasui.com, o en el teléfono 918729230 Ext. 3. En nuestra página WEB, dispone además de las recomendaciones para las cenas..

Menús Equilibrados | Ecológicamente Responsables | Alimentación Neurosalidable | Certificaciones de calidad | Concienciados Socialmente | Alimentos de proximidad





NOVIEMBRE 2026
MENÚ SIN HUEVO

CEIP Winston Churchill

Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes
- Día 2 - 	- Día 3 - Pasta (sin gluten/huevo) Filete de abadejo al horno con daditos de zanahoria Pan integral y Fruta de temporada Kcal:332 Prot:19,3 Lip:3,3 HC:56,1	- Día 4 - .Crema Vichy *Filete de pollo al limon c/ Lechuga y maíz Pan y Yogur natural Kcal:408 Prot:24,1 Lip:15,1 HC:47,3	- Día 5 - Sopa (pasta sin gluten/huevo) .Cocido Madrileño completo Pan integral y Fruta Natural Kcal:598 Prot:25,1 Lip:19,1 HC:87,3	- Día 6 - *Guisantes rehogados con cebolla *Bacalao al horno c/ Lechuga y remolacha Pan y Fruta de temporada Kcal:386 Prot:22,2 Lip:11 HC:53
- Día 9 -	- Día 10 - *Lentejas con arroz y verduras *Salmon a la naranja c/ Lechuga y maíz Pan integral y Yogur natural Kcal:617 Prot:33,1 Lip:15,5 HC:85,5	- Día 11 - .Crema de puerro Magro de cerdo en salsa con verduras eco Pan y Fruta de temporada Kcal:389 Prot:20,8 Lip:11,2 HC:54,3	- Día 12 - .Judias pintas con verduras Ragout de ternera en salsa c/ Lechuga y zanahoria Pan integral y Fruta de Temporada Kcal:772 Prot:32 Lip:33,1 HC:87,3	- Día 13 - *Patatas guisadas con magro adobado *Filete de palometa con ajito y cebolla en salsa de tomate c/ Lechuga Pan y Fruta de temporada ECO Kcal:159 Prot:13,7 Lip:5,2 HC:14,2
- Día 16 - Pasta (sin gluten/huevo) *Albondigas burger meat en salsa con patatas Pan y Fruta de temporada Kcal:464 Prot:15,5 Lip:22,6 HC:53,2	- Día 17 - *Alubias blancas estofadas con verduras Filete de pollo al horno c/ Lechuga y maíz Pan integral y Yogur natural Kcal:614 Prot:45,2 Lip:10,3 HC:84,9	- Día 18 - *Crema de calabaza y zanahoria *Estofado de pavo con champiñones Pan y Yogur natural Kcal:415 Prot:31,7 Lip:12,1 HC:48,3	- Día 19 - *Paella de verduras * Merluza en salsa de calabaza c/ Lechuga Pan integral y Fruta de Temporada Kcal:378 Prot:10,5 Lip:4,8 HC:74,9	- Día 20 - Sopa (pasta sin gluten/huevo) .Cocido Madrileño completo Pan y Fruta de temporada Kcal:490 Prot:21,1 Lip:19,7 HC:66,6
- Día 23 - *Lentejas a la hortelana Salmon con verduritas Pan y Fruta Natural Kcal:493 Prot:25,7 Lip:15,4 HC:67	- Día 24 - .Arroz con tomate Cinta de lomo fresca en salsa con daditos de calabaza Pan integral y Yogur natural Kcal:578 Prot:30 Lip:12,4 HC:78,9	- Día 25 - Pasta (sin gluten/huevo) Ragout de ternera en salsa c/ Lechuga y remolacha Pan y Fruta de temporada Kcal:534 Prot:18,4 Lip:32,5 HC:45,2	- Día 26 - Brocoli con ajito y pimenton Filete de pollo encebollado c/ Patatas fritas Pan integral y Fruta de temporada Kcal:593 Prot:24,8 Lip:25,2 HC:68	- Día 27 - .Patatas guisadas a la Riojana .Filete de merluza en salsa verde Pan y Fruta de temporada Kcal:523 Prot:36,4 Lip:22,5 HC:47,3
- Día 30 - .Lentejas estofadas con verduras Ragout de ternera en salsa con patatas Pan y Yogur natural Kcal:589 Prot:30,7 Lip:23,9 HC:66,2				

Este menú ha sido elaborado por el Departamento de Dietética y Nutrición de Enasui, S.L. (R.S. 2610104-M). Utilizamos para la elaboración de nuestros platos Aceite de Oliva, Productos Integrales, Alimentos Neurosaludables, procedentes de Agricultura Ecológica y de Km "0". Los valores nutricionales se expresan en % sobre la energía total y en raciones de 100 gr. Atendiendo al Reglamento (UE) nº 1169/2011, los alérgenos correspondientes a cada plato están disponibles en la dirección www.enasui.com, o en el teléfono 918729230 Ext. 3. En nuestra página WEB, dispone además de las recomendaciones para las cenas..

Menús Equilibrados | Ecológicamente Responsables | Alimentación Neurosalidable | Certificaciones de calidad | Concienciados Socialmente | Alimentos de proximidad





NOVIEMBRE 2026
MENÚ SIN LACTOSA, NUEZ

CEIP Winston Churchill

Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes
- Día 2 - 	- Día 3 - *Macarrones integrales a la napolitana Filete de abadejo al horno con daditos de zanahoria Pan integral y Fruta de temporada Kcal:465 Prot:22,7 Lip:7,7 HC:75,9	- Día 4 - .Crema Vichy *Filete de pollo al limon c/ Lechuga y maíz Pan y Fruta variada Kcal:414 Prot:34,9 Lip:12,4 HC:44,8	- Día 5 - .Sopa de Cocido .Cocido Madrileño completo Pan integral y Fruta Natural Kcal:604 Prot:25,1 Lip:19,1 HC:87,3	- Día 6 - *Guisantes rehogados con cebolla *Bacalao al horno c/ Lechuga y remolacha Pan y Fruta de temporada Kcal:386 Prot:22,2 Lip:11 HC:53
- Día 9 -	- Día 10 - *Lentejas con arroz y verduras *Salmon a la naranja c/ Lechuga y maíz Pan integral y Fruta variada Kcal:624 Prot:43,9 Lip:12,8 HC:83	- Día 11 - .Crema de puerro Magro de cerdo en salsa con verduras eco Pan y Fruta de temporada Kcal:389 Prot:20,8 Lip:11,2 HC:54,3	- Día 12 - .Judias pintas con verduras .Tortilla Francesa c/ Lechuga y zanahoria Pan integral y Fruta de Temporada Kcal:581 Prot:25 Lip:9,5 HC:98,9	- Día 13 - *Patatas guisadas con magro adobado *Filete de palometa con ajito y cebolla en salsa de tomate c/ Lechuga Pan y Fruta de temporada ECO Kcal:159 Prot:13,7 Lip:5,2 HC:14,2
- Día 16 - Macarrones integrales con salsa de tomate *Albondigas burger meat en salsa con patatas Pan y Fruta de temporada Kcal:603 Prot:20,9 Lip:27,5 HC:70,9	- Día 17 - *Alubias blancas estofadas con verduras .Tortilla Española c/ Lechuga y maíz Pan integral y Fruta variada Kcal:630 Prot:37,3 Lip:12,1 HC:91,8	- Día 18 - *Crema de calabaza y zanahoria *Estofado de pavo con champiñones Pan y Fruta variada Kcal:422 Prot:42,5 Lip:9,4 HC:45,8	- Día 19 - *Paella de verduras * Merluza en salsa de calabaza c/ Lechuga Pan integral y Fruta de Temporada Kcal:378 Prot:10,5 Lip:4,8 HC:74,9	- Día 20 - .Sopa de Cocido .Cocido Madrileño completo Pan y Fruta de temporada Kcal:496 Prot:21,1 Lip:19,7 HC:66,6
- Día 23 - *Lentejas a la hortelana Salmon con verduritas Pan y Fruta Natural Kcal:493 Prot:25,7 Lip:15,4 HC:67	- Día 24 - .Arroz con tomate Cinta de lomo fresca en salsa con daditos de calabaza Pan integral y Fruta variada Kcal:585 Prot:40,8 Lip:9,7 HC:76,4	- Día 25 - Espirales integrales con verduras .Tortilla Francesa con jamón york c/ Lechuga y remolacha Pan y Fruta de temporada Kcal:475 Prot:22,1 Lip:16,7 HC:62,1	- Día 26 - Brocoli con ajito y pimenton Filete de pollo encebollado c/ Patatas fritas Pan integral y Fruta de temporada Kcal:593 Prot:24,8 Lip:25,2 HC:68	- Día 27 - .Patatas guisadas a la Riojana .Filete de merluza en salsa verde Pan y Fruta de temporada Kcal:523 Prot:36,4 Lip:22,5 HC:47,3
- Día 30 - .Lentejas estofadas con verduras Ragout de ternera en salsa con patatas Pan y Fruta variada Kcal:595 Prot:41,5 Lip:21,2 HC:63,7				

Este menú ha sido elaborado por el Departamento de Dietética y Nutrición de Enasui, S.L. (R.S. 2610104-M). Utilizamos para la elaboración de nuestros platos Aceite de Oliva, Productos Integrales, Alimentos Neurosaludables, procedentes de Agricultura Ecológica y de Km "0". Los valores nutricionales se expresan en % sobre la energía total y en raciones de 100 gr. Atendiendo al Reglamento (UE) nº 1169/2011, los alérgenos correspondientes a cada plato están disponibles en la dirección www.enasui.com, o en el teléfono 918729230 Ext. 3. En nuestra página WEB, dispone además de las recomendaciones para las cenas..

Menús Equilibrados | Ecológicamente Responsables | Alimentación Neurosalidable | Certificaciones de calidad | Concienciados Socialmente | Alimentos de proximidad















NOVIEMBRE 2026
MENÚ SIN LENTEJAS

CEIP Winston Churchill

Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes
- Día 2 - 	- Día 3 - *Macarrones integrales a la napolitana Filete de abadejo al horno con daditos de zanahoria Pan integral y Fruta de temporada Kcal:465 Prot:22,7 Lip:7,7 HC:75,9	- Día 4 - .Crema Vichy *Filete de pollo al limon c/ Lechuga y maíz Pan y Yogur natural Kcal:408 Prot:24,1 Lip:15,1 HC:47,3	- Día 5 - .Sopa de Cocido .Cocido Madrileño completo Pan integral y Fruta Natural Kcal:604 Prot:25,1 Lip:19,1 HC:87,3	- Día 6 - *Guisantes rehogados con cebolla .Filete de bacalao rebozado c/ Lechuga y remolacha Pan y Fruta de temporada Kcal:496 Prot:21,8 Lip:16 HC:69
- Día 9 -	- Día 10 - .Crema de zanahoria *Salmon a la naranja c/ Lechuga y maíz Pan integral y Yogur natural Kcal:511 Prot:23,7 Lip:16,6 HC:66,6	- Día 11 - .Crema de puerro Magro de cerdo en salsa con verduras eco Pan y Fruta de temporada Kcal:389 Prot:20,8 Lip:11,2 HC:54,3	- Día 12 - .Judias pintas con verduras .Tortilla Francesa c/ Lechuga y zanahoria Pan integral y Fruta de Temporada Kcal:581 Prot:25 Lip:9,5 HC:98,9	- Día 13 - *Patatas guisadas con magro adobado *Filete de palometa con ajito y cebolla en salsa de tomate c/ Lechuga Pan y Fruta de temporada ECO Kcal:159 Prot:13,7 Lip:5,2 HC:14,2
- Día 16 - Macarrones integrales con salsa de tomate *Albondigas burger meat en salsa con patatas Pan y Fruta de temporada Kcal:603 Prot:20,9 Lip:27,5 HC:70,9	- Día 17 - *Alubias blancas estofadas con verduras .Tortilla Española c/ Lechuga y maíz Pan integral y Yogur natural Kcal:623 Prot:26,5 Lip:14,8 HC:94,3	- Día 18 - *Crema de calabaza y zanahoria *Estofado de pavo con champiñones Pan y Yogur natural Kcal:415 Prot:31,7 Lip:12,1 HC:48,3	- Día 19 - *Paella de verduras * Merluza en salsa de calabaza c/ Lechuga Pan integral y Fruta de Temporada Kcal:378 Prot:10,5 Lip:4,8 HC:74,9	- Día 20 - .Sopa de Cocido .Cocido Madrileño completo Pan y Fruta de temporada Kcal:496 Prot:21,1 Lip:19,7 HC:66,6
- Día 23 - .Crema de zanahoria Salmon con verduritas Pan y Fruta Natural Kcal:387 Prot:16,2 Lip:15 HC:51,1	- Día 24 - .Arroz con tomate Cinta de lomo fresca en salsa con daditos de calabaza Pan integral y Yogur natural Kcal:578 Prot:30 Lip:12,4 HC:78,9	- Día 25 - *Espirales integrales carbonara .Tortilla Francesa con jamón york c/ Lechuga y remolacha Pan y Fruta de temporada Kcal:507 Prot:24,9 Lip:17,3 HC:65,5	- Día 26 - Brocoli con ajito y pimenton Filete de pollo encebollado c/ Patatas fritas Pan integral y Fruta de temporada Kcal:593 Prot:24,8 Lip:25,2 HC:68	- Día 27 - .Patatas guisadas a la Riojana .Filete de merluza en salsa verde Pan y Fruta de temporada Kcal:523 Prot:36,4 Lip:22,5 HC:47,3
- Día 30 - .Crema de zanahoria Lasaña vegetal Pan y Yogur natural Kcal:266 Prot:9,4 Lip:6,6 HC:46,3				

Este menú ha sido elaborado por el Departamento de Dietética y Nutrición de Enasui, S.L. (R.S. 2610104-M). Utilizamos para la elaboración de nuestros platos Aceite de Oliva, Productos Integrales, Alimentos Neurosaludables, procedentes de Agricultura Ecológica y de Km "0". Los valores nutricionales se expresan en % sobre la energía total y en raciones de 100 gr. Atendiendo al Reglamento (UE) nº 1169/2011, los alérgenos correspondientes a cada plato están disponibles en la dirección www.enasui.com, o en el teléfono 918729230 Ext. 3. En nuestra página WEB, dispone además de las recomendaciones para las cenas..

Menús Equilibrados | Ecológicamente Responsables | Alimentación Neurosalidable | Certificaciones de calidad | Concienciados Socialmente | Alimentos de proximidad

