

Menú Seseña Diciembre 2025

Sin Gluten - - Colegio Sisius (Seseña)

Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes
1 Arroz con Tomate <i>Abadejo a la Andaluza (Harina Sin Gluten)</i> Ensalada de Lechuga y Zanahoria <i>Pan Sin Gluten y Agua</i> Fruta de Temporada Verdura + Carne + Lácteo Cena: Verdura + Carne + Lácteo	2 Judías Blancas Estofadas con Verduras Tortilla Francesa con Queso Tomate Aliñado con AOVE <i>Pan Sin Gluten y Agua</i> Fruta de Temporada Patata + Pescado + Fruta Cena: Patata + Pescado + Fruta	3 Crema de Verduras ECO Pollo Asado <i>Pan Sin Gluten y Agua</i> Fruta de Temporada Arroz + Huevo + Lácteo Cena: Arroz + Huevo + Lácteo	4 Sopa de Cocido (Pasta Sin Gluten) Cocido Completo <i>Pan Sin Gluten y Agua</i> Fruta de Temporada Verdura + Pescado + Fruta Cena: Verdura + Pescado + Fruta	<i>Coliflor en ajada</i> Pasta Sin Gluten con Atún Ensalada de Lechuga y Maíz <i>Pan Sin Gluten y Agua</i> Fruta de Temporada y Yogur Patata + Ave + Fruta Cena: Patata + Ave + Fruta
8 	9 <i>Coliflor a la Gallega</i> Tortilla de Patata con Cebolla. Ensalada de Lechuga y Tomate <i>Pan Sin Gluten y Agua</i> Fruta de Temporada Patata + Pescado + Lácteo Cena: Patata + Pescado + Lácteo	10 Crema de Zanahoria ECO Pollo al Ajillo Patatas Panadera <i>Pan Sin Gluten y Agua</i> Fruta de Temporada Verdura + Huevo + Fruta Cena: Verdura + Huevo + Fruta	11 <i>Pasta s/glut ni huevo con salsa al Pepe</i> Merluza al Horno Zanahoria Rehogada <i>Pan Sin Gluten y Agua</i> Fruta de Temporada Verdura + Carne + Lácteo Cena: Verdura + Carne + Lácteo	Garbanzos Estofados con Verduras <i>Cinta de Lomo Adobado al Horno</i> Ensalada de Lechuga y Maíz <i>Pan Sin Gluten y Agua</i> Fruta de Temporada Pasta + Pescado + Fruta Cena: Pasta + Pescado + Fruta
15 <i>Sopa de Pescado (pasta s/gluten ni huevo)</i> Arroz a la Cubana (con salchicha y huevo cocido) Ensalada de Lechuga y Maíz <i>Pan Sin Gluten y Agua</i> Fruta de Temporada Verdura + Pescado + Lácteo Cena: Verdura + Pescado + Lácteo	16 <i>Sopa de Cocido (Pasta Sin Gluten)</i> Cocido Completo <i>Pan Sin Gluten y Agua</i> Fruta de Temporada Verdura + Huevo + Fruta Cena: Verdura + Huevo + Fruta	17 <i>Pasta Sin Gluten con Tomate</i> Salmón al Horno Verduras Asadas <i>Pan Sin Gluten y Agua</i> Fruta de Temporada Verdura + Carne + Fruta Cena: Verdura + Carne + Fruta	18 <i>Crema de Verduras ECO</i> Tortilla de Patata con Cebolla. Ensalada de Lechuga y Tomate <i>Pan Sin Gluten y Agua</i> Fruta de Temporada Arroz + Ave + Lácteo Cena: Arroz + Ave + Lácteo	Ensalada Mixta <i>Salchichas de Pavo al Horno</i> Patatas Chips <i>Pan Sin Gluten y Agua</i> Postre especial Verdura + Pescado + Fruta Cena: Verdura + Pescado + Fruta

mediterránea

VALORACIÓN NUTRICIONAL: Energía: Kcal. Lipidos: g, Proteínas: g, Hidratos de Carbono: g

FRUTA VARIADA Y DE TEMPORADA (Manzana, pera, naranja, mandarina y plátano)

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

Menú Seseña Diciembre 2025

Sin Huevo - - Colegio Sisius (Seseña)

Lunes

- 1** Arroz con Tomate
Abadejo a la Andaluza
Ensalada de Lechuga y Zanahoria
Pan y Agua
Fruta de Temporada
Verdura + Carne + Lácteo



FESTIVO

Cena: Verdura + Carne + Lácteo

8

Martes

- 2** Judías Blancas Estofadas con Verduras
Cinta de Lomo Fresca al Horno
Tomate Aliñado con AOVE
Pan y Agua
Fruta de Temporada
Patata + Pescado + Fruta

Cena: Patata + Pescado + Fruta

9

- Lentejas Castellanas
Salchichas de Pavo al Horno
Ensalada de Lechuga y Tomate
Pan y Agua
Fruta de Temporada
Patata + Pescado + Lácteo

Cena: Patata + Pescado + Lácteo

10

- Crema de Zanahoria ECO
Pollo al Ajillo

Cena: Verdura + Carne + Fruta

11

- Pasta Sin Huevo con Tomate
Salmón al Horno

Cena: Verdura + Carne + Fruta

12

- Lentejas Estofadas con Verduras
Merluza al Horno
Zanahoria Rehogada

Cena: Verdura + Ave + Lácteo

13

- Pasta Sin Huevo con Tomate
Salmón al Horno

Cena: Verdura + Ave + Lácteo

14

- Verduras Asadas
Pan Integral y Agua

Cena: Verdura + Ave + Fruta

15

- Sopa de Pescado (pasta s/gluten ni huevo)

Cena: Arroz a la Cubana (con salchicha, sin huevo)

- Ensalada de Lechuga y Maíz
Pan y Agua
Fruta de Temporada
Verdura + Pescado + Lácteo

Cena: Verdura + Pescado + Lácteo

16

- Sopa de Cocido (Pasta Sin Huevo)
Cocido Completo

Cena: Verdura + Ave + Fruta

17

- Pasta Sin Huevo con Tomate
Salmón al Horno

Cena: Verdura + Carne + Fruta

18

- Lentejas Estofadas con Verduras
Filete de Pollo al Horno
Ensalada de Lechuga y Tomate

Cena: Arroz + Ave + Lácteo

19

- Pasta Sin Huevo con Tomate
Salmón al Horno

Cena: Verdura + Pescado + Fruta

Miércoles

- 3** Crema de Verduras ECO
Pollo Asado

Cena: Arroz + Verdura + Lácteo

4

- Sopa de Cocido (Pasta Sin Huevo)
Cocido Completo

5

- Coliflor en ajada
Pasta Sin Huevo con Atún
Ensalada de Lechuga y Maíz

Pan y Agua
Fruta de Temporada y Yogur

Patata + Ave + Fruta

Cena: Patata + Ave + Fruta

- Garbanzos Estofados con Verduras
Cinta de Lomo Adobado al Horno
Ensalada de Lechuga y Maíz

Pan y Agua
Fruta de Temporada

Pasta + Pescado + Fruta

Cena: Pasta + Pescado + Fruta

- Ensalada Mixta
Salchichas de Pavo al Horno
Patatas Chips

Pan y Agua
Postre especial

Verdura + Pescado + Fruta

Cena: Verdura + Pescado + Fruta

Jueves

- 4** Sopa de Cocido (Pasta Sin Huevo)
Cocido Completo

Pan y Agua

Fruta de Temporada

Verdura + Pescado + Fruta

Cena: Verdura + Pescado + Fruta

- Pasta s/glut ni huevo con salsa al Pepe
Merluza al Horno
Zanahoria Rehogada

Pan y Agua
Fruta de Temporada

Verdura + Ave + Lácteo

Cena: Verdura + Ave + Lácteo

- Lentejas Estofadas con Verduras
Filete de Pollo al Horno
Ensalada de Lechuga y Tomate

Pan y Agua
Fruta de Temporada

Arroz + Ave + Lácteo

Cena: Arroz + Ave + Lácteo

Viernes

- 5** Coliflor en ajada
Pasta Sin Huevo con Atún
Ensalada de Lechuga y Maíz

Pan y Agua
Fruta de Temporada y Yogur

Patata + Ave + Fruta

Cena: Patata + Ave + Fruta

- Garbanzos Estofados con Verduras
Cinta de Lomo Adobado al Horno
Ensalada de Lechuga y Maíz

Pan y Agua
Fruta de Temporada

Pasta + Pescado + Fruta

Cena: Pasta + Pescado + Fruta

- Ensalada Mixta
Salchichas de Pavo al Horno
Patatas Chips

Pan y Agua
Postre especial

Verdura + Pescado + Fruta

Cena: Verdura + Pescado + Fruta

mediterránea

VALORACIÓN NUTRICIONAL: Energía: Kcal. Lipidos: g, Proteínas: g, Hidratos de Carbono: g

FRUTA VARIADA Y DE TEMPORADA (Manzana, pera, naranja, mandarina y plátano)

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

Menú Seseña Diciembre 2025

Sin Proteína de la Leche de Vaca - - Colegio Sisius (Seseña)

Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes
1 Arroz con Tomate Abadejo a la Andaluza Ensalada de Lechuga y Zanahoria Pan y Agua Fruta de Temporada Verdura + Carne + Lácteo Cena: Verdura + Carne + Lácteo	2 Judías Blancas Estofadas con Verduras Tortilla Francesa Tomate Aliñado con AOVE Pan y Agua Fruta de Temporada Patata + Pescado + Fruta Cena: Patata + Pescado + Fruta	3 Crema de Verduras ECO Pollo Asado Patatas Dado Pan Integral y Agua Fruta de Temporada Arroz + Huevo + Lácteo Cena: Arroz + Huevo + Lácteo	4 Sopa de Cocido Cocido Completo Pan y Agua Fruta de Temporada Verdura + Pescado + Fruta Cena: Verdura + Pescado + Fruta	5 Coliflor en ajada Macarrones con Atún Ensalada de Lechuga y Maíz Pan y Agua Fruta de Temporada y Yogur de Soja Patata + Ave + Fruta Cena: Patata + Ave + Fruta
8  FESTIVO	9 Lentejas Castellanas Tortilla de Patata con Cebolla. Ensalada de Lechuga y Tomate Pan y Agua Fruta de Temporada Patata + Pescado + Lácteo Cena: Patata + Pescado + Lácteo	10 Crema de Zanahoria ECO Pollo al Ajillo Patatas Panadera Pan Integral y Agua Fruta de Temporada Verdura + Huevo + Fruta Cena: Verdura + Huevo + Fruta	11 Pasta al Ajillo Merluza al Horno Zanahoria Rehogada Pan y Agua Fruta de Temporada Verdura + Carne + Lácteo Cena: Verdura + Carne + Lácteo	12 Garbanzos Estofados con Verduras Cinta de Lomo Fresca al Horno Ensalada de Lechuga y Maíz Pan y Agua Fruta de Temporada Pasta + Pescado + Fruta Cena: Pasta + Pescado + Fruta
15 Sopa de Pescado Arroz a la Cubana (con salchicha y huevo cocido) Ensalada de Lechuga y Maíz Pan y Agua Fruta de Temporada Verdura + Pescado + Lácteo Cena: Verdura + Pescado + Lácteo	16 Sopa de Cocido Cocido Completo Pan y Agua Fruta de Temporada Verdura + Huevo + Fruta Cena: Verdura + Huevo + Fruta	17 Macarrones con Tomate Salmón al Horno Verduras Asadas Pan Integral y Agua Fruta de Temporada Verdura + Carne + Fruta Cena: Verdura + Carne + Fruta	18 Lentejas Estofadas con Verduras Tortilla de Patata con Cebolla. Ensalada de Lechuga y Tomate Pan y Agua Fruta de Temporada Arroz + Ave + Lácteo Cena: Arroz + Ave + Lácteo	19 Ensalada Mixta Salchichas de Pavo al Horno Patatas Chips Pan y Agua Yogur de Soja Verdura + Pescado + Fruta Cena: Verdura + Pescado + Fruta

mediterráneas

VALORACIÓN NUTRICIONAL: Energía: Kcal. Lipidos: g, Proteínas: g, Hidratos de Carbono: g

FRUTA VARIADA Y DE TEMPORADA (Manzana, pera, naranja, mandarina y plátano)

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

Menú Seseña Diciembre 2025

Sin Lentejas - - Colegio Sisius (Seseña)

Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes
1 Arroz con Tomate Abadejo a la Andaluza Ensalada de Lechuga y Zanahoria Pan y Agua Fruta de Temporada Verdura + Carne + Lácteo Cena: Verdura + Carne + Lácteo	2 Judías Blancas Estofadas con Verduras Tortilla Francesa con Queso Tomate Aliñado con AOVE Pan y Agua Fruta de Temporada Patata + Pescado + Fruta Cena: Patata + Pescado + Fruta	3 Crema de Verduras ECO Pollo Asado Patatas Dado Pan Integral y Agua Fruta de Temporada Arroz + Huevo + Lácteo Cena: Arroz + Huevo + Lácteo	4 Sopa de Cocido Cocido Completo Pan y Agua Fruta de Temporada Verdura + Pescado + Fruta Cena: Verdura + Pescado + Fruta	 5 Coliflor en ajada Macarrones con Atún Ensalada de Lechuga y Maíz Pan y Agua Fruta de Temporada y Yogur Patata + Ave + Fruta Cena: Patata + Ave + Fruta
8 	9 Coliflor a la Gallega Tortilla de Patata con Cebolla. Ensalada de Lechuga y Tomate Pan y Agua Fruta de Temporada Patata + Pescado + Lácteo Cena: Patata + Pescado + Lácteo	10 Crema de Zanahoria ECO Pollo al Ajillo Patatas Panadera Pan Integral y Agua Fruta de Temporada Verdura + Huevo + Fruta Cena: Verdura + Huevo + Fruta	11 Espirales con salsa al Pepe Merluza al Horno Zanahoria Rehogada Pan y Agua Fruta de Temporada Verdura + Carne + Lácteo Cena: Verdura + Carne + Lácteo	12 Garbanzos Estofados con Verduras Cinta de Lomo Adobado al Horno Ensalada de Lechuga y Maíz Pan y Agua Fruta de Temporada Pasta + Pescado + Fruta Cena: Pasta + Pescado + Fruta
15 Sopa de Pescado Arroz a la Cubana (con salchicha y huevo cocido) Ensalada de Lechuga y Maíz Pan y Agua Fruta de Temporada Verdura + Pescado + Lácteo Cena: Verdura + Pescado + Lácteo	16 Sopa de Cocido Cocido Completo Pan y Agua Fruta de Temporada Verdura + Huevo + Fruta Cena: Verdura + Huevo + Fruta	17 Macarrones con Tomate Salmón al Horno Verduras Asadas Pan Integral y Agua Fruta de Temporada Verdura + Carne + Fruta Cena: Verdura + Carne + Fruta	18 Crema de Verduras ECO Tortilla de Patata con Cebolla. Ensalada de Lechuga y Tomate Pan y Agua Fruta de Temporada Arroz + Ave + Lácteo Cena: Arroz + Ave + Lácteo	19 Ensalada Mixta Pizza de Jamón y Queso Patatas Chips Pan y Agua Postre especial Verdura + Pescado + Fruta Cena: Verdura + Pescado + Fruta

mediterránea

VALORACIÓN NUTRICIONAL: Energía: Kcal. Lipidos: g, Proteínas: g, Hidratos de Carbono: g

FRUTA VARIADA Y DE TEMPORADA (Manzana, pera, naranja, mandarina y plátano)

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

Menú Seseña Diciembre 2025

Sin Legumbres (sí pasta y pan) - - Colegio Sisius (Seseña)

Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes
1 Arroz con Tomate Abadejo a la Andaluza Ensalada de Lechuga y Zanahoria Pan y Agua Fruta de Temporada Verdura + Carne + Lácteo Cena: Verdura + Carne + Lácteo	2 Estofado de Patatas con Verduras Tortilla Francesa con Queso Tomate Aliñado con AOVE Pan y Agua Fruta de Temporada Patata + Pescado + Fruta Cena: Patata + Pescado + Fruta	3 Crema de Verduras ECO Pollo Asado Patatas Dado Pan Integral y Agua Fruta de Temporada Arroz + Huevo + Lácteo Cena: Arroz + Huevo + Lácteo	4 Sopa Minestrone : Zanahoria, Patata, Cebolla, Puerro y Pimiento Carne Magra del Cocido (Pollo y Ternera) con Verdura y Patata Pan y Agua Fruta de Temporada Verdura + Pescado + Fruta Cena: Verdura + Pescado + Fruta	5 Coliflor en ajada Macarrones con Atún Ensalada de Lechuga y Maíz Pan y Agua Fruta de Temporada y Yogur Patata + Ave + Fruta Cena: Patata + Ave + Fruta
8  FESTIVO	9 Coliflor a la Gallega Tortilla de Patata con Cebolla. Ensalada de Lechuga y Tomate Pan y Agua Fruta de Temporada Verdura + Pescado + Lácteo Cena: Verdura + Pescado + Lácteo	10 Crema de Zanahoria ECO Pollo al Ajillo Patatas Panadera Pan Integral y Agua Fruta de Temporada Verdura + Huevo + Fruta Cena: Verdura + Huevo + Fruta	11 Espirales con salsa al Pepe Merluza al Horno Zanahoria Rehogada Pan y Agua Fruta de Temporada Verdura + Carne + Lácteo Cena: Verdura + Carne + Lácteo	12 Estofado de Patatas con Verduras Cinta de Lomo Fresca al Horno Ensalada de Lechuga y Maíz Pan y Agua Fruta de Temporada Pasta + Pescado + Fruta Cena: Pasta + Pescado + Fruta
15 Sopa de Pescado Arroz a la Cubana (con salchicha y huevo cocido) Ensalada de Lechuga y Maíz Pan y Agua Fruta de Temporada Verdura + Pescado + Lácteo Cena: Verdura + Pescado + Lácteo	16 Sopa Minestrone : Zanahoria, Patata, Cebolla, Puerro y Pimiento Carne Magra del Cocido (Pollo y Ternera) con Verdura y Patata Pan y Agua Fruta de Temporada Verdura + Huevo + Fruta Cena: Verdura + Huevo + Fruta	17 Macarrones con Tomate Salmón al Horno Verduras asadas Pan Integral y Agua Fruta de Temporada Verdura + Carne + Fruta Cena: Verdura + Carne + Fruta	18 Crema de Verduras ECO Tortilla de Patata con Cebolla. Ensalada de Lechuga y Tomate Pan y Agua Fruta de Temporada Arroz + Ave + Lácteo Cena: Arroz + Ave + Lácteo	19 Ensalada Mixta Salchichas de Pavo al Horno Patatas Chips Pan y Agua Yogur Verdura + Pescado + Fruta Cena: Verdura + Pescado + Fruta

mediterránea

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

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