

LUNES

MARTES

MIÉRCOLES

JUEVES

VIERNES

3

NO LECTIVO

4

NO LECTIVO

5

NO LECTIVO

6

FESTIVO

7

NO LECTIVO

10

816 Kcal. P.: 11 HC.: 45 L.: 39 G.: 6

LENTEJAS (ECOLÓGICO) CON ARROZ INTEGRAL
ORGANIC LENTILS WITH RICE INTEGRAL

EMPANADO DE PAVO Y QUESO
BREADED TURKEY AND CHEESE

MENESTRA DE VERDURAS
MIXED VEGETABLES

FRUTA
FRUIT

11

623 Kcal. P.: 12 HC.: 35 L.: 50 G.: 9

VERDURA TRICOLOR (BRÓCOLI, ZANAHORIA, PATATA)
TRICOLOR VEGETABLES (BROCCOLI, CARROT AND POTATO)

TORTILLA DE PATATAS
SPANISH OMELETTE

ENSALADA DE LECHUGA Y TOMATE
LETTUCE AND TOMATO SALAD

FRUTA
FRUIT

12

828 Kcal. P.: 19 HC.: 43 L.: 37 G.: 9

GOLFO DE BENGALA: INDIA
ARROZ ESPECIADO ESTILO HINDÚ
INDIAN-STYLE SPICY RICE

POLLO TANDOORI
TANDOORI CHICKEN

LECHUGA Y PEPINO
LETTUCE AND CUCUMBER

GELATINA DE FRESA
STRAWBERRY GELATIN

13

638 Kcal. P.: 19 HC.: 48 L.: 30 G.: 11

SOPA DE COCIDO
TRADITIONAL SPANISH 'COCIDO' STEW WITH CHICKEN AND VEGETABLES

COCIDO COMPLETO CON GARBANZOS, MORCILLO, POLLO, CHORIZO, PATATA Y REPOLLO
CHICKPEAS, MEAT, CHICKEN, CHORIZO, POTATO & CABBAGE STEW

FRUTA
FRUIT

14

561 Kcal. P.: 18 HC.: 57 L.: 22 G.: 3

ESPIRALES CON TOMATE Y ALBAHACA
PASTA WITH TOMATO AND BASIL

MERLUZA HORNO SOBRE LECHO DE VERDURAS
HAKE WITH VEGETABLES

FRUTA
FRUIT

17

550 Kcal. P.: 18 HC.: 33 L.: 45 G.: 13

JUDÍAS VERDES REHOGADAS
GREEN BEANS WITH OLIVE OIL

HAMBURGUESA DE TERNERA AL HORNO
VEAL HAMBURGER

PATATA ASADA
ROAST POTATOES

FRUTA
FRUIT

18

631 Kcal. P.: 28 HC.: 24 L.: 47 G.: 14

SOPA CASTELLANA CON VIRUTAS DE JAMÓN
CASTILIAN SOUP WITH HAM

POLLO KENTUCKY
KENTUCKY CHICKEN

ENSALADA DE LECHUGA Y TOMATE
LETTUCE AND TOMATO SALAD

YOGUR
YOGHURT

19

705 Kcal. P.: 17 HC.: 51 L.: 30 G.: 7

ARROZ EN PAELLA CON VERDURAS
PAELLA WITH VEGETABLES

SOLOMILLO DE CERDO EN SALSA DE MANZANA
PORK TENDERLOIN IN APPLE SAUCE

ENSALADA DE TOMATE Y PEPINO
TOMATO AND CUCUMBER SALAD

FRUTA
FRUIT

20

644 Kcal. P.: 20 HC.: 53 L.: 24 G.: 4

JORNADA FISH REVOLUTION
MACARRONES GRATINADOS CON CHORIZO MARINO
PASTA AU GRATIN WITH SEA SAUSAGE

GOULASH DE CALAMARES
SQUID GOULASH

FRUTA
FRUIT

21

618 Kcal. P.: 18 HC.: 41 L.: 34 G.: 7

ALUBIAS BLANCAS GUIADAS CON CALABAZA (ECOLÓGICO) Y PATATA
WHITE BEANS STEWED WITH PUMPKIN [ECOLOGICAL] AND POTATO

REVUELTO MURCIANO CON HUEVO, CALABACÍN Y CEBOLLA
SCRAMBLED EGGS WITH COURGETTE, ONION AND POTATO

LECHUGA Y ZANAHORIA RALLADA
LETTUCE AND SHREDDED CARROT

FRUTA
FRUIT

24

632 Kcal. P.: 21 HC.: 38 L.: 36 G.: 7

LENTEJAS (ECOLÓGICO) A LA JARDINERA
VEGETABLE LENTILS (ECOLOGICAL)

TORTILLA DE ATÚN
TUNA OMELETTE

LECHUGA Y CEBOLLA
LETTUCE AND ONION

FRUTA
FRUIT

25

850 Kcal. P.: 19 HC.: 40 L.: 39 G.: 10

ARROZ CON SALSA ALLA NORMA (SALSA DE TOMATE Y BERENJENA)
RICE WITH NORMA'S SAUCE (TOMATO AND AUBERGINE SAUCE)

CONTRAMUSLO DE POLLO ASADO CON ROMERO FRESCO
ROAST CHICKEN WITH ROSEMARY

ZANAHORIA EN RODAJAS
SLICED CARROTS

FRUTA
FRUIT

26

674 Kcal. P.: 18 HC.: 47 L.: 33 G.: 5

ESPAGUETIS CON SOFRITO DE TOMATE NATURAL Y ORÉGANO
SPAGHETTI WITH FRESH TOMATO SAUCE AND OREGANO

MEDALLÓN DE SALMÓN Y CALABAZA AL HORNO
BAKED SALMON AND PUMPKIN MEDALLION

LECHUGA, TOMATE Y MAÍZ
LETTUCE, TOMATO AND SWEETCORN

FRUTA
FRUIT

27

641 Kcal. P.: 21 HC.: 42 L.: 34 G.: 13

SOPA DE COCIDO
TRADITIONAL SPANISH 'COCIDO' STEW WITH CHICKEN AND VEGETABLES

COCIDO COMPLETO CON GARBANZOS, MORCILLO, POLLO, CHORIZO, PATATA Y REPOLLO
CHICKPEAS, MEAT, CHICKEN, CHORIZO, POTATO & CABBAGE STEW

YOGUR
YOGHURT

28

649 Kcal. P.: 14 HC.: 44 L.: 39 G.: 12

PATATAS GUIADAS CON VERDURAS
POTATOES AND VEGETABLES STEW

ALBÓNDIGAS AL HORNO CON GUIANTES Y PATATAS CUADRO
MEATBALLS WITH PEAS AND DICED POTATOES

FRUTA
FRUIT

31

500 Kcal. P.: 23 HC.: 40 L.: 34 G.: 10

CREMA DUBARRY (CREMA DE COLIFLOR Y PATATA)
DUBARRY CREAM (CAULIFLOWER AND POTATO CREAM)

STROGONOFF DE CERDO Y SETAS
PORK AND MUSHROOM STROGONOFF

FRUTA
FRUIT



¡Te damos la bienvenida a nuestro comedor escolar seguro!

Comienza con un buen **DESAYUNO**



Pan, cereales o derivados



Leche o derivados



Fruta fresca y hortalizas



Si hemos comido:	Podemos cenar:
Cereales, féculas o legumbres	Hortalizas crudas o legumbres cocidas
Verduras	Cereales o féculas
Carne	Pescado o huevo
Pescado	Carne magra o huevo
Huevo	Pescado o carne magra
Fruta	Lácteos o fruta
Lácteos	Fruta

LOS GUARDIANES DE LA SALUD



1 Estamos preparados para garantizar la Seguridad de los niños y niñas en el aula-comedor.

2

Desarrollamos e implantamos nuestros Protocolos de Seguridad y Prevención, verificados por Bureau Veritas Certification.



3

El bienestar de todas las familias es nuestra prioridad.

Notas:

Empresa adherida al PLAN de colaboración para la mejora de la composición de los alimentos y bebidas y otras medidas 2020

En caso de alergias o intolerancias procurar mantener una buena alimentación sustituyendo los alimentos no tolerados por otros dentro de la misma familia.

Nuestra empresa somete a congelación el pescado que vaya a ser consumido crudo o poco hecho, según establece el RD 1420/2006. Según lo establecido en el RE 1169/2011, la cocina dispone de información sobre el contenido en alérgenos de los menús elaborados.

