LUNES / MONDAY	MARTES / TUESDAY	MIÉRCOLES / WEDNESDAY	JUEVES / THURSDAY	VIERNES / FRIDAY
	- Lentejas estofadas con calabaza - Solla en salsa con lechuga y zanahoria - Manzana ecológica y leche - Pan y agua *Stewed lentils with pumpkin* *Sole in sauce with salad* *Organic apple and milk* *Bread and water* Kcal: 604- Lip: 28- Hc: 68- Pro: 27 **1**	- Judías verdes con tomate - Pollo asado al horno con arroz integral - Naranja y leche - Pan y agua *Green beans in tomato sauce* *Grilled chicken with whole rice* *Orange and milk* *Bread and water* Kcal: 576- Lip: 26- Hc: 63- Pro: 33 **2**	- Sopa de cocido con fideos - Complemento de cocido: garbanzos, repollo, carne, patata) - Pera y leche - Pan y agua *Cocido soup* *Chickpeas with meat, potatoes…* *Pear and mlik* *Bread and water* Kcal: 643- Lip: 25- Hc: 71- Pro: 40 **3**	- Patatas guisadas con calamares - Lomo de sajonia con lechuga y maíz - Yogur natural - Pan integral y agua *Stewed potatoes with squid* *Ham fillet with salad* *Yogurt* *Whole bread and water* Kcal: 638- Lip: 34- Hc: 50- Pro: 35 **4**
- Arroz integral con salsa de tomate - Merluza al horno con lechuga y pepino - Mandarina y leche - Pan y agua *Whole rice in tomato sauce* *Baked hake with salad* *Tangerine and milk* *Bread and water* Kcal: 419- Lip: 17- Hc: 46- Pro: 23 **7**	- Judías blancas estofadas con zanahoria - Ragú de ternera en salsa con pisto - Pera y leche - Pan y agua *Stewed beans with carrots* *Veal in sauce with ratatouille* *Pear and milk* *Bread and water* Kcal: 792- Lip: 41- Hc: 81- Pro: 42 **8**	- Brócoli rehogado al ajillo - Albóndigas en salsa con patatas panaderas - Naranja y leche - Pan y agua *Sautéed broccoli* *Meatballs in sauce with potatoes* *Orange and milk* *Bread and water* Kcal: 604- Lip: 37- Hc: 58- Pro: 17 **9**	- Fideuá de pollo y verduras - Bacalao al horno con lechuga y tomate cherry - Yogur de sabores - Pan y agua *Chicken fideua* *Baked cod with salad* *Yogurt* *Bread and water* Kcal: 772- Lip: 31- Hc: 84- Pro: 40 **10**	**DÍA NO LECTIVO** ***FREE DAY*** **11**
DÍA NO LECTIVO ***FREE DAY*** **21**	- Menestra de verduras - Lomo de sajonia con lechuga y maíz - Manzana y leche - Pan y agua *Mixed vegetables* *Ham fillet with salad* *Apple and milk* *Bread and water* Kcal: 462- Lip: 23- Hc: 44- Pro: 26 **22**	- Coditos con salsa de tomate y york - Salmón al horno con lechuga y tomate - Naranja y leche - Pan y agua *Pasta in tomato sauce with ham* *Baked salmon with salad* *Orange and milk* *Bread and water* Kcal: 747- Lip: 35- Hc: 80- Pro: 34 **23**	- Sopa de cocido con fideos - Complemento de cocido: garbanzos, repollo, carne, patata) - Pera y leche - Pan y agua *Cocido soup* *Chickpeas with meat, potatoes…* *Pear and mlik* *Bread and water* Kcal: 643- Lip: 25- Hc: 71- Pro: 40 **24**	**JORNADA GASTRONÓMICA** **"SEMANA DEL QUIJOTE"** (Gazpacho / Magro con tomate con ensalada Helado) ***"DON QUIJOTE" GASTRONOMIC DAY*** *(Gazpacho / Pork loin with salad / Ice cream)* **25**
- Guisantes rehogados con jamón - Lomo asado a la naranja con puré de patatas - Plátano y leche - Pan y agua *Stewed peas with ham* *Pork in orange sauce with mashed potatoes* *Banana and milk* *Bread and water* Kcal: 572- Lip: 21- Hc: 72- Pro: 34 **28**	- Espaguetis integrales con pavo y maíz - Palometa al horno con tomate cherry - Yogur natural - Pan y agua *Whole spaghetti in tomato sauce with turkey* *Baked fish with tomato salad* *Yogurt* *Bread and water* Kcal: 672- Lip: 28- Hc: 81- Pro: 30 **29**	- Crema de zanahorias con picatostes - Albóndigas en salsa con lechuga y pepino - Mandarina y leche - Pan y agua *Carrots cream with crouttons* *Meatballs in sauce with salad* *Tangerine and milk* *Bread and water* Kcal: 531- Lip: 29- Hc: 65- Pro: 13 **30**		

VACACIONES DE SEMANA SANTA

Nuestros menús cubren alrededor del 35% de las necesidades nutricionales de un niño cumpliendo con la normativa vigente. Por lo tanto, recomendamos incluir en su cena diaria productos lácteos.
La calidad de nuestros menús se basa en la compra diaria. Por esta razón, nos podríamos encontrar en la necesidad de realizar algún cambio, por lo que rogamos disculpen las molestias que esto pudiera ocasionar.
Se utilizan en la elaboración de los menús los siguientes **alérgenos**: Crustáceos, frutos de cáscara, huevos, leche, moluscos y pescado. Existe una relación de alérgenos a disposición del solicitante y según la composición del plato (**Véase el recetario en el QR**).
Valoraciones nutricionales teóricas para el grupo de edad entre 6 – 9 años.

MENÚ ALÉRGICOS AL HUEVO

ABRIL / APRIL 2025

LUNES / MONDAY	MARTES / TUESDAY	MIÉRCOLES / WEDNESDAY	JUEVES / THURSDAY	VIERNES / FRIDAY
	- Lentejas estofadas con calabaza - Solla en salsa con lechuga y zanahoria - Manzana ecológica y bebida de soja - Pan y agua *Stewed lentils with pumpkin* *Sole in sauce with salad* *Organic apple and soy milk* *Bread and water* Kcal: 552- Lip: 24- Hc: 63- Pro: 27 **1**	- Judías verdes con tomate - Pollo asado al horno con arroz integral - Naranja y bebida de soja - Pan y agua *Green beans in tomato sauce* *Grilled chicken with whole rice* *Orange and soy milk* *Bread and water* Kcal: 524- Lip: 22- Hc: 58- Pro: 33 **2**	- Sopa de cocido con fideos - Complemento de cocido: garbanzos, repollo, carne, patata) - Pera y bebida de soja - Pan y agua *Cocido soup* *Chickpeas with meat, potatoes…* *Pear and mlik* *Bread and water* Kcal: 591- Lip: 21- Hc: 66- Pro: 40 **3**	- Patatas guisadas con calamares - Tortilla francesa con lechuga y maíz - Yogur de soja - Pan integral y agua *Stewed potatoes with squid* *Omelet with salad* *Soy yogurt* *Whole bread and water* Kcal: 518- Lip: 31- Hc: 37- Pro: 24 **4**
- Arroz integral con salsa de tomate - Merluza al horno con lechuga y pepino - Mandarina y bebida de soja - Pan y agua *Whole rice in tomato sauce* *Baked hake with salad* *Tangerine and soy milk* *Bread and water* Kcal: 367- Lip: 13- Hc: 41- Pro: 23 **7**	- Judías blancas estofadas con zanahoria - Revuelto de york en salsa con pisto - Pera y bebida de soja - Pan y agua *Stewed beans with carrots* *Scrambled eggs with ham and ratatouille* *Pear and soy milk* *Bread and water* Kcal: 548- Lip: 28- Hc: 63- Pro: 25 **8**	- Brócoli rehogado al ajillo - Albóndigas en salsa con patatas panaderas - Naranja y bebida de soja - Pan y agua *Sautéed broccoli* *Meatballs in sauce with potatoes* *Orange and soy milk* *Bread and water* Kcal: 552- Lip: 33- Hc: 53- Pro: 17 **9**	- Fideuá de pollo y verduras - Bacalao al horno con lechuga y tomate cherry - Yogur de soja - Pan y agua *Chicken fideua* *Baked cod with salad* *Soy yogurt* *Bread and water* Kcal: 729- Lip: 31- Hc: 72- Pro: 38 **10**	**DÍA NO LECTIVO** ***FREE DAY*** **11**
DÍA NO LECTIVO ***FREE DAY*** **21**	- Menestra de verduras - Lomo de sajonia con lechuga y maíz - Manzana y bebida de soja - Pan y agua *Mixed vegetables* *Ham fillet with salad* *Apple and soy milk* *Bread and water* Kcal: 410- Lip: 19- Hc: 39- Pro: 26 **22**	- Coditos con salsa de tomate y york - Salmón al horno con lechuga y tomate - Naranja y bebida de soja - Pan y agua *Pasta in tomato sauce with ham* *Baked salmon with salad* *Orange and soy milk* *Bread and water* Kcal: 695- Lip: 31- Hc: 75- Pro: 34 **23**	- Sopa de cocido con fideos - Complemento de cocido: garbanzos, repollo, carne, patata) - Pera y bebida de soja - Pan y agua *Cocido soup* *Chickpeas with meat, potatoes…* *Pear and mlik* *Bread and water* Kcal: 591- Lip: 21- Hc: 66- Pro: 40 **24**	**JORNADA GASTRONÓMICA** **"SEMANA DEL QUIJOTE"** (Gazpacho / Duelos y quebrantos Yogur de soja) ***"DON QUIJOTE" GASTRONOMIC DAY*** *(Gazpacho / Scrambled eggs with meat / Soy yogurt)* **25**
- Guisantes rehogados con jamón - Lomo asado a la naranja con puré de patatas - Plátano y bebida de soja - Pan y agua *Stewed peas with ham* *Pork in orange sauce with mashed potatoes* *Banana and soy milk* *Bread and water* Kcal: 520- Lip: 17- Hc: 57- Pro: 34 **28**	- Espaguetis integrales con pavo y maíz - Palometa al horno con tomate cherry - Yogur de soja - Pan y agua *Whole spaghetti in tomato sauce with turkey* *Baked fish with tomato salad* *Soy yogurt* *Bread and water* Kcal: 629- Lip: 28- Hc: 68- Pro: 32 **29**	- Crema de zanahorias con picatostes - Tortilla española con lechuga y pepino - Mandarina y bebida de soja - Pan y agua *Carrots cream with crouttons* *Spanish omelet with salad* *Tangerine and soy milk* *Bread and water* Kcal: 491- Lip: 30- Hc: 45- Pro: 15 **30**		

VACACIONES DE SEMANA SANTA

Nuestros menús cubren alrededor del 35% de las necesidades nutricionales de un niño cumpliendo con la normativa vigente. Por lo tanto, recomendamos incluir en su cena diaria productos lácteos.
La calidad de nuestros menús se basa en la compra diaria. Por esta razón, nos podríamos encontrar en la necesidad de realizar algún cambio, por lo que rogamos disculpen las molestias que esto pudiera ocasionar.
Se utilizan en la elaboración de los menús los siguientes **alérgenos**: Crustáceos, frutos de cáscara, huevos, bebida de soja, moluscos y pescado. Existe una relación de alérgenos a disposición del solicitante y según la composición del plato (**Véase el recetario en el QR**).
Valoraciones nutricionales teóricas para el grupo de edad entre 6 – 9 años.

MENÚ ALÉRGICOS LECHE Y DERIVADOS

ABRIL / APRIL 2025

LUNES / MONDAY	MARTES / TUESDAY	MIÉRCOLES / WEDNESDAY	JUEVES / THURSDAY	VIERNES / FRIDAY
	- Lentejas estofadas con calabaza - Solla rebozada con lechuga y zanahoria - Manzana ecológica y leche - Pan y agua *Stewed lentils with pumpkin* *Battered with salad* *Organic apple and milk* *Bread and water* Kcal: 594- Lip: 24- Hc: 68- Pro: 32 **1**	- Judías verdes con tomate - Pollo asado al horno con arroz integral - Naranja y leche - Pan y agua *Green beans in tomato sauce* *Grilled chicken with whole rice* *Orange and milk* *Bread and water* Kcal: 576- Lip: 26- Hc: 63- Pro: 33 **2**	- Sopa de cocido con fideos - Complemento de cocido: garbanzos, repollo, carne, patata) - Pera y leche - Pan y agua *Cocido soup* *Chickpeas with meat, potatoes…* *Pear and mlik* *Bread and water* Kcal: 643- Lip: 25- Hc: 71- Pro: 40 **3**	- Patatas guisadas con calamares - Tortilla de queso con lechuga y maíz - Yogur natural - Pan integral y agua *Stewed potatoes with squid* *Cheese omelet with salad* *Yogurt* *Whole bread and water* Kcal: 668- Lip: 41- Hc: 50- Pro: 26 **4**
- Arroz integral con salsa de tomate - Merluza al horno con lechuga y pepino - Mandarina y leche - Pan y agua *Whole rice in tomato sauce* *Baked hake with salad* *Tangerine and milk* *Bread and water* Kcal: 419- Lip: 17- Hc: 46- Pro: 23 **7**	- Judías blancas estofadas con zanahoria - Huevos revueltos en salsa con pisto - Pera y leche - Pan y agua *Stewed beans with carrots* *Scrambled eggs with ratatouille* *Pear and milk* *Bread and water* Kcal: 578- Lip: 32- Hc: 68- Pro: 21 **8**	- Brócoli rehogado al ajillo - Albóndigas en salsa con patatas panaderas - Naranja y leche - Pan y agua *Sautéed broccoli* *Meatballs in sauce with potatoes* *Orange and milk* *Bread and water* Kcal: 604- Lip: 37- Hc: 58- Pro: 17 **9**	- Fideuá de pollo y verduras - Croquetas de bacalao con lechuga y tomate cherry - Yogur de sabores - Pan y agua *Chicken fideua* *Cod croquettes with salad* *Yogurt* *Bread and water* Kcal: 716- Lip: 25- Hc: 94- Pro: 31 **10**	**DÍA NO LECTIVO** ***FREE DAY*** **11**
DÍA NO LECTIVO ***FREE DAY*** **21**	- Menestra de verduras - Croquetas de bacalao con lechuga y maíz - Manzana y leche - Pan y agua *Mixed vegetables* *Cod croquettes with salad* *Apple and milk* *Bread and water* Kcal: 420- Lip: 15- Hc: 67- Pro: 14 **22**	- Coditos con salsa de tomate - Salmón al horno con lechuga y tomate - Naranja y leche - Pan y agua *Pasta in tomato sauce* *Baked salmon with salad* *Orange and milk* *Bread and water* Kcal: 747- Lip: 35- Hc: 80- Pro: 34 **23**	- Sopa de cocido con fideos - Complemento de cocido: garbanzos, repollo, carne, patata) - Pera y leche - Pan y agua *Cocido soup* *Chickpeas with meat, potatoes…* *Pear and mlik* *Bread and water* Kcal: 643- Lip: 25- Hc: 71- Pro: 40 **24**	**JORNADA GASTRONÓMICA** **“SEMANA DEL QUIJOTE”** (Gazpacho / Ragú de ternera con patatas / Helado) ***“DON QUIJOTE” GASTRONOMIC DAY*** *(Gazpacho / Veal in sauce with fries / Ice cream)* **25**
- Guisantes rehogados al ajillo - Escalopines de ternera a la plancha con puré de patatas - Plátano y leche - Pan y agua *Stewed peas with garlic* *Veal fillets with mashed potatoes* *Banana and milk* *Bread and water* Kcal: 564- Lip: 17- Hc: 72- Pro: 41 **28**	- Espaguetis integrales con pavo y maíz - Palometa al horno con tomate cherry - Yogur natural - Pan y agua *Whole spaghetti in tomato sauce with turkey* *Baked fish with tomato salad* *Yogurt* *Bread and water* Kcal: 672- Lip: 28- Hc: 81- Pro: 30 **29**	- Crema de zanahorias con picatostes - Tortilla española con lechuga y pepino - Mandarina y leche - Pan y agua *Carrots cream with crouttons* *Spanish omelet with salad* *Tangerine and milk* *Bread and water* Kcal: 543- Lip: 34- Hc: 50- Pro: 15 **30**		

VACACIONES DE SEMANA SANTA

Nuestros menús cubren alrededor del 35% de las necesidades nutricionales de un niño cumpliendo con la normativa vigente. Por lo tanto, recomendamos incluir en su cena diaria productos lácteos.
La calidad de nuestros menús se basa en la compra diaria. Por esta razón, nos podríamos encontrar en la necesidad de realizar algún cambio, por lo que rogamos disculpen las molestias que esto pudiera ocasionar.
Se utilizan en la elaboración de los menús los siguientes **alérgenos**: Crustáceos, frutos de cáscara, huevos, leche, moluscos y pescado. Existe una relación de alérgenos a disposición del solicitante y según la composición del plato (**Véase el recetario en el QR**).
Valoraciones nutricionales teóricas para el grupo de edad entre 6 – 9 años.

MENÚ MUSULMÁN

ABRIL / APRIL 2025