

LUNES / MONDAY

- Brócoli rehogado al ajillo
- Lomo asado a la naranja con chips de batata

- Manzana eco y leche
- Pan y agua

*Sautéed broccoli
Pork in orange sauce with sweet potatoes
Organic apple and milk
Bread and water*

Kcal: 538- Lip: 35- Hc: 35- Pro: 24
2

MARTES / TUESDAY

- Espaguetis con tomate y pavo
- Solla en salsa con lechuga y pepino

- Pera y leche
- Pan y agua

*Spaghetti in tomato sauce with turkey
Sole in sauce with salad
Pear and milk
Bread and water*

Kcal: 656- Lip: 24- Hc: 86- Pro: 29
3

MIÉRCOLES / WEDNESDAY

- Sopa de cocido con fideos
- Complemento de cocido: garbanzos, repollo, carne, patata)
- Actimel
- Pan y agua

*Cocido soup
Chickpeas with meat, potatoes...
Actimel
Bread and water*

Kcal: 643- Lip: 25- Hc: 71- Pro: 40
4

JUEVES / THURSDAY

- Crema de calabaza con picatostes
- Tortilla de patatas con lechuga y tomate

- Plátano y leche
- Pan y agua

*Pumpkin cream with croutons
Spanish omelet with salad
Banana and milk
Bread and water*

Kcal: 650- Lip: 34- Hc: 77- Pro: 17
5

VIERNES / FRIDAY

- Arroz frito tres delicias
- Bacalao al horno con lechuga y maíz

- Naranja y leche
- Pan y agua

*Fried rice
Baked cod with salad
Orange and milk
Bread and water*

Kcal: 745- Lip: 31- Hc: 81- Pro: 35
6

- Guisantes rehogados con jamón
- Albóndigas a la jardinera c/ patatas panaderas

- Mandarina y leche
- Pan y agua

*Sautéed peas with ham
Meatballs in sauce with potatoes
Tangerine and milk
Bread and water*

Kcal: 558- Lip: 25- Hc: 74- Pro: 23
9

- Arroz guisado con magro
- Merluza al ajo y perejil con lechuga eco

- Plátano y leche
- Pan y agua

*Stewed rice with pork
Hake in garlic sauce with organic salad
Banana and milk
Bread and water*

Kcal: 744- Lip: 27- Hc: 104- Pro: 25
10

- Judías blancas estofadas con verduras
- Tortilla de calabacín con rodajas de tomate

- Naranja y leche
- Pan y agua

*Stewed beans with vegetables
Zucchini omelet with tomato salad
Orange and milk
Bread and water*

Kcal: 599- Lip: 34- Hc: 64- Pro: 24
11

- Menestra de verduras rehogadas
- Jamoncitos de pollo al horno con puré de patata

- Pera y leche
- Pan y agua

*Vegetable stew
Chicken legs in sauce with mashed potatoes
Pear and milk
Bread and water*

Kcal: 529- Lip: 21- Hc: 63- Pro: 33
12

- Patatas guisadas con magro
- Abadejo en salsa con lechuga y zanahoria

- Yogur de sabores
- Pan y agua

*Stewed potatoes with pork
Fish in sauce with salad
Yogurt
Bread and water*

Kcal: 674- Lip: 36- Hc: 57- Pro: 30
13

- Macarrones salteados con verduras
- Escalopines de ternera con lechuga y tomate

- Pera y leche
- Pan y agua

*Sautéed macaroni with vegetables
Veal fillets with salad
Pear and milk
Bread and water*

Kcal: 665- Lip: 22- Hc: 81- Pro: 40
16

- Coliflor rehogada
- Salmón al horno con lechuga y pepino

- Naranja y leche
- Pan y agua

*Sauteed cauliflower
Baked salmon with salad
Orange and milk
Bread and water*

Kcal: 542- Lip: 31- Hc: 43- Pro: 31
17

- Crema de verduras naturales
- Filete de pollo al ajillo con patatas fritas

- Pera y leche
- Pan y agua

*Vegetables cream
Chicken fillet with fries
Pear and milk
Bread and water*

Kcal: 530- Lip: 26- Hc: 54- Pro: 26
18

- Sopa de cocido con fideos
- Complemento de cocido: garbanzos, repollo, carne, patata)
- Yogur de sabores
- Pan y agua

*Cocido soup
Chickpeas with meat, potatoes...
Yogurt
Bread and water*

Kcal: 643- Lip: 25- Hc: 71- Pro: 40
19

- Coditos con tomate y queso gratinados
- Hamburguesa a la plancha con lechuga y maíz
- Manzana y leche
- Pan y agua

*Pasta in tomato sauce with cheese
Grilled hamburger with salad
Apple and milk
Bread and water*

Kcal: 631- Lip: 28- Hc: 85- Pro: 20
23

- Judías pintas estofadas con verduras
- Solla a la plancha con lechuga y tomate
- Pera y leche
- Pan y agua

*Stewed black beans with vegetables
Grilled sole with salad
Pear and milk
Bread and water*

Kcal: 534- Lip: 23- Hc: 71- Pro: 28
24

- Arroz milanese salteado con verduras
- Revuelto de york con rodajas de tomate
- Naranja y leche
- Pan y agua

*Sautéed rice with vegetables
Scrambled eggs with ham and tomato salad
Orange and milk
Bread and water*

Kcal: 688- Lip: 30- Hc: 84- Pro: 23
25

- Sopa de cocido con fideos
- Complemento de cocido: garbanzos, repollo, carne, patata)
- Mandarina y leche
- Pan y agua

*Cocido soup
Chickpeas with meat, potatoes...
Tangerine and milk
Bread and water*

Kcal: 625- Lip: 24- Hc: 71- Pro: 38
26

JORNADA GASTRONÓMICA HINDÚ
(Sopa de verduras / Pollo en salsa con cuscús / Helado)

INDIAN GASTRONOMIC DAY
(Vegetables soup / Chicken in sauce with couscous / Ice cream)

27

MENÚ CELIACOS



Nuestros menús cubren alrededor del 35% de las necesidades nutricionales de un niño cumpliendo con la normativa vigente.
La calidad de nuestros menús se basa en la compra diaria. Por esta razón, nos podríamos encontrar en la necesidad de realizar algún cambio.
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.

LUNES / MONDAY

- Brócoli rehogado al ajillo
- Lomo asado a la naranja con chips de batata

- Manzana eco y leche
- Pan y agua

*Sautéed broccoli
Pork in orange sauce with sweet potatoes
Organic apple and milk
Bread and water*

Kcal: 538- Lip: 35- Hc: 35- Pro: 24
2

MARTES / TUESDAY

- Espaguetis integrales con tomate y pavo
- Solla en salsa con lechuga y pepino

- Pera y leche
- Pan y agua

*Whole spaghetti in tomato sauce with turkey
Sole in sauce with salad
Pear and milk
Bread and water*

Kcal: 647- Lip: 24- Hc: 86- Pro: 31
3

MIÉRCOLES / WEDNESDAY

- Sopa de cocido con fideos
- Complemento de cocido: garbanzos, repollo, carne, patata)
- Actimel
- Pan y agua

*Cocido soup
Chickpeas with meat, potatoes...
Actimel
Bread and water*

Kcal: 643- Lip: 25- Hc: 71- Pro: 40
4

JUEVES / THURSDAY

- Crema de calabaza con picatostes
- Salchichas de pavo con lechuga y tomate

- Plátano y leche
- Pan y agua

*Pumpkin cream with croutons
Turkey sausages with salad
Banana and milk
Bread and water*

Kcal: 777- Lip: 48- Hc: 76- Pro: 21
5

VIERNES / FRIDAY

- Lentejas guisadas con zanahoria
- Bacalao al horno con lechuga y maíz

- Naranja y leche
- Pan integral y agua

*Stewed lentils with carrots
Baked cod with salad
Orange and milk
Whole bread and water*

Kcal: 628- Lip: 28- Hc: 64- Pro: 40
6

- Guisantes rehogados con jamón
- Albóndigas a la jardinera c/ patatas panaderas

- Mandarina y leche
- Pan y agua

*Sautéed peas with ham
Meatballs in sauce with potatoes
Tangerine and milk
Bread and water*

Kcal: 558- Lip: 25- Hc: 74- Pro: 23
9

- Arroz guisado con magro
- Merluza al ajo y perejil con lechuga eco

- Plátano y leche
- Pan y agua

*Stewed rice with pork
Hake in garlic sauce with organic salad
Banana and milk
Bread and water*

Kcal: 744- Lip: 27- Hc: 104- Pro: 25
10

- Judías blancas estofadas con verduras
- Lacón asado con rodajas de tomate

- Naranja y leche
- Pan y agua

*Stewed beans with vegetables
Baked ham with tomato salad
Orange and milk
Bread and water*

Kcal: 672- Lip: 39- Hc: 64- Pro: 31
11

- Menestra de verduras rehogadas
- Jamoncitos de pollo al horno con puré de patata

- Pera y leche
- Pan y agua

*Vegetable stew
Chicken legs in sauce with mashed potatoes
Pear and milk
Bread and water*

Kcal: 529- Lip: 21- Hc: 63- Pro: 33
12

- Patatas guisadas con magro
- Abadejo en salsa con lechuga y zanahoria

- Yogur de sabores
- Pan integral y agua

*Stewed potatoes with pork
Fish in sauce with salad
Yogurt
Whole bread and water*

Kcal: 665- Lip: 36- Hc: 59- Pro: 30
13

- Macarrones integrales salteados con verduras
- Escalopines de ternera con lechuga y tomate

- Pera y leche
- Pan y agua

*Whole sautéed macaroni with vegetables
Veal fillets with salad
Pear and milk
Bread and water*

Kcal: 656- Lip: 22- Hc: 83- Pro: 40
16

- Lentejas eco estofadas con verduras
- Salmón al horno con lechuga y pepino

- Naranja y leche
- Pan y agua

*Organic stewed lentils with vegetables
Baked salmon with salad
Orange and milk
Bread and water*

Kcal: 671- Lip: 33- Hc: 65- Pro: 35
17

- Crema de verduras naturales
- Filete de pollo al ajillo con patatas fritas

- Pera y leche
- Pan y agua

*Vegetables cream
Chicken fillet with fries
Pear and milk
Bread and water*

Kcal: 530- Lip: 26- Hc: 54- Pro: 26
18

- Sopa de cocido con fideos
- Complemento de cocido: garbanzos, repollo, carne, patata)
- Yogur de sabores
- Pan y agua

*Cocido soup
Chickpeas with meat, potatoes...
Yogurt
Bread and water*

Kcal: 643- Lip: 25- Hc: 71- Pro: 40
19

- Coditos con tomate y queso gratinados
- Hamburguesa a la plancha con lechuga y maíz
- Manzana y leche
- Pan y agua

*Pasta in tomato sauce with cheese
Grilled hamburger with salad
Apple and milk
Bread and water*

Kcal: 631- Lip: 28- Hc: 85- Pro: 20
23

- Judías pintas estofadas con verduras
- Solla a la plancha con lechuga y tomate
- Pera y leche
- Pan y agua

*Stewed black beans with vegetables
Grilled sole with salad
Pear and milk
Bread and water*

Kcal: 534- Lip: 23- Hc: 71- Pro: 28
24

- Arroz milanese salteado con verduras
- Ragú de ternera con rodajas de tomate
- Naranja y leche
- Pan y agua

*Sautéed rice with vegetables
Veal in sauce with tomato salad
Orange and milk
Bread and water*

Kcal: 879- Lip: 39- Hc: 97- Pro: 40
25

- Sopa de cocido con fideos
- Complemento de cocido: garbanzos, repollo, carne, patata)
- Mandarina y leche
- Pan y agua

*Cocido soup
Chickpeas with meat, potatoes...
Tangerine and milk
Bread and water*

Kcal: 625- Lip: 24- Hc: 71- Pro: 38
26

JORNADA GASTRONÓMICA HINDÚ
(Sopa de verduras al curry / Pollo tandoori con cuscús / Yogur)

INDIAN GASTRONOMIC DAY
(Vegetables curry soup / Chicken tandoori with couscous / Yogur)

27

MENÚ ALÉRGICOS AL HUEVO



Nuestros menús cubren alrededor del 35% de las necesidades nutricionales de un niño cumpliendo con la normativa vigente.
La calidad de nuestros menús se basa en la compra diaria. Por esta razón, nos podríamos encontrar en la necesidad de realizar algún cambio.
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.

LUNES / MONDAY	MARTES / TUESDAY	MIÉRCOLES / WEDNESDAY	JUEVES / THURSDAY	VIERNES / FRIDAY
- Brócoli rehogado al ajillo - Lomo asado a la naranja con chips de batata <i>Sautéed broccoli Pork in orange sauce with sweet potatoes Organic apple and milk Bread and water</i> Kcal: 486- Lip: 31- Hc: 30- Pro: 24 2	- Espaguetis integrales con tomate y pavo - Solla en salsa con lechuga y pepino <i>Whole spaghetti in tomato sauce with turkey Sole in sauce with salad Pear and soy milk Bread and water</i> Kcal: 595- Lip: 20- Hc: 81- Pro: 31 3	- Sopa de cocido con fideos - Complemento de cocido: garbanzos, repollo, carne, patata) - Yogur de soja - Pan y agua <i>Cocido soup Chickpeas with meat, potatoes... Soy yogurt Bread and water</i> Kcal: 600- Lip: 25- Hc: 58- Pro: 42 4	- Crema de calabaza con picatostes - Tortilla de patatas con lechuga y tomate <i>Pumpkin cream with croutons Spanish omelet with salad Banana and soy milk Bread and water</i> Kcal: 598- Lip: 30- Hc: 72- Pro: 17 5	- Lentejas guisadas con zanahoria - Bacalao al horno con lechuga y maíz <i>Stewed lentils with carrots Baked cod with salad Orange and soy milk Whole bread and water</i> Kcal: 570- Lip: 24- Hc: 59- Pro: 40 6
- Guisantes rehogados con jamón - Albóndigas a la jardinera c/ patatas panaderas <i>Sautéed peas with ham Meatballs in sauce with potatoes Tangerine and soy milk Bread and water</i> Kcal: 506- Lip: 21- Hc: 69- Pro: 23 9	- Arroz guisado con magro - Merluza al ajo y perejil con lechuga eco <i>Stewed rice with pork Hake in garlic sauce with organic salad Banana and soy milk Bread and water</i> Kcal: 692- Lip: 23- Hc: 99- Pro: 25 10	- Judías blancas estofadas con verduras - Tortilla de calabacín con rodajas de tomate <i>Stewed beans with vegetables Zucchini omelet with tomato salad Orange and soy milk Bread and water</i> Kcal: 547- Lip: 30- Hc: 59- Pro: 24 11	- Menestra de verduras rehogadas - Jamoncitos de pollo al horno con puré de patata <i>Vegetable stew Chicken legs in sauce with mashed potatoes Pear and soy milk Bread and water</i> Kcal: 477 Lip: 17- Hc: 58- Pro: 33 12	- Patatas guisadas con magro - Abadejo en salsa con lechuga y zanahoria <i>Stewed potatoes with pork Fish in sauce with salad Soy yogurt Whole bread and water</i> Kcal: 622- Lip: 32- Hc: 54- Pro: 30 13
- Macarrones integrales salteados con verduras - Escalopines de ternera con lechuga y tomate <i>Whole sautéed macaroni with vegetables Veal fillets with salad Pear and soy milk Bread and water</i> Kcal: 604- Lip: 18- Hc: 78- Pro: 40 16	- Lentejas eco estofadas con verduras - Salmón al horno con lechuga y pepino <i>Organic stewed lentils with vegetables Baked salmon with salad Orange and soy milk Bread and water</i> Kcal: 619- Lip: 29- Hc: 60- Pro: 35 17	- Crema de verduras naturales - Filete de pollo al ajillo con patatas fritas <i>Vegetables cream Chicken fillet with fries Pear and milk Bread and water</i> Kcal: 478- Lip: 22- Hc: 49- Pro: 26 18	- Sopa de cocido con fideos - Complemento de cocido: garbanzos, repollo, carne, patata) - Yogur de soja - Pan y agua <i>Cocido soup Chickpeas with meat, potatoes... Soy yogurt Bread and water</i> Kcal: 600- Lip: 25- Hc: 58- Pro: 42 19	- Judías verdes con tomate - Tortilla de bonito con lechuga y maíz <i>Green beans in tomato sauce Tuna omelet with salad Banana and soy milk Whole bread and water</i> Kcal: 400- Lip: 16- Hc: 58- Pro: 15 20
- Coditos con tomate - Hamburguesa a la plancha con lechuga y maíz - Manzana y bebida de soja - Pan y agua <i>Pasta in tomato sauce Grilled hamburger with salad Apple and soy milk Bread and water</i> Kcal: 579- Lip: 24- Hc: 80- Pro: 20 23	- Judías pintas estofadas con verduras - Solla a la plancha con lechuga y tomate - Pera y bebida de soja - Pan y agua <i>Stewed black beans with vegetables Grilled sole with salad Pear and soy milk Bread and water</i> Kcal: 586- Lip: 19- Hc: 66- Pro: 28 24	- Arroz milanese salteado con verduras - Revuelto de york con rodajas de tomate - Naranja y bebida de soja - Pan y agua <i>Sautéed rice with vegetables Scrambled eggs with ham and tomato salad Orange and soy milk Bread and water</i> Kcal: 636- Lip: 26- Hc: 79- Pro: 23 25	- Sopa de cocido con fideos - Complemento de cocido: garbanzos, repollo, carne, patata) - Mandarina y bebida de soja - Pan y agua <i>Cocido soup Chickpeas with meat, potatoes... Tangerine and soy milk Bread and water</i> Kcal: 573- Lip: 20- Hc: 66- Pro: 38 26	JORNADA GASTRONÓMICA HINDÚ (Sopa de verduras al curry / Pollo tandoori con cuscús / Yogur de soja) INDIAN GASTRONOMIC DAY (Vegetables curry soup / Chicken tandoori wit couscous / Soy yogurt) 27

MENÚ ALÉRGICOS LECHE Y DERIVADOS



Nuestros menús cubren alrededor del 35% de las necesidades nutricionales de un niño cumpliendo con la normativa vigente.
La calidad de nuestros menús se basa en la compra diaria. Por esta razón, nos podríamos encontrar en la necesidad de realizar algún cambio.
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.

LUNES / MONDAY

- Brócoli rehogado al ajillo
- Lomo asado a la naranja con chips de batata

- Manzana eco y leche
- Pan y agua

*Sautéed broccoli
Pork in orange sauce with sweet potatoes
Organic apple and milk
Bread and water*

Kcal: 538- Lip: 35- Hc: 35- Pro: 24
2

MARTES / TUESDAY

- Espaguetis integrales con tomate y pavo
- Solla a la andaluza con lechuga y pepino

- Pera y leche
- Pan y agua

*Whole spaghetti in tomato sauce with turkey
Bettered sole with salad
Pear and milk
Bread and water*

Kcal: 691- Lip: 26- Hc: 91- Pro: 31
3

MIÉRCOLES / WEDNESDAY

- Sopa de ave con fideos
- Ternera asada al horno con patata y verduras

- Actimel
- Pan y agua

*Chicken soup
Roasted veal with vegetables
Actimel
Bread and water*

Kcal: 609- Lip: 20- Hc: 66- Pro: 44
4

JUEVES / THURSDAY

- Crema de calabaza con picatostes
- Tortilla de patatas con lechuga y tomate

- Plátano y leche
- Pan y agua

*Pumpkin cream with croutons
Spanish omelet with salad
Banana and milk
Bread and water*

Kcal: 650- Lip: 34- Hc: 77- Pro: 17
5

VIERNES / FRIDAY

- Arroz frito tres delicias
- Bacalao al horno con lechuga y maíz

- Naranja y leche
- Pan integral y agua

*Fried rice
Baked cod with salad
Orange and milk
Whole bread and water*

Kcal: 736- Lip: 31- Hc: 83- Pro: 35
6

- Crema de verduras naturales
- Albóndigas a la jardinera c/ patatas panaderas

- Mandarina y leche
- Pan y agua

*Vegetables cream
Meatballs in sauce with potatoes
Tangerine and milk
Bread and water*

Kcal: 567- Lip: 29- Hc: 71- Pro: 15
9

- Arroz guisado con magro
- Merluza al ajo y perejil con lechuga eco

- Plátano y leche
- Pan y agua

*Stewed rice with pork
Hake in garlic sauce with organic salad
Banana and milk
Bread and water*

Kcal: 744- Lip: 27- Hc: 104- Pro: 25
10

- Sopa castellana
- Tortilla de calabacín con rodajas de tomate

- Naranja y leche
- Pan y agua

*Garlic soup
Zucchini omelet with tomato salad
Orange and milk
Bread and water*

Kcal: 706- Lip: 45- Hc: 49- Pro: 32
11

- Menestra de verduras rehogadas
- Jamoncitos de pollo al horno con puré de patata

- Pera y leche
- Pan y agua

*Vegetable stew
Chicken legs in sauce with mashed potatoes
Pear and milk
Bread and water*

Kcal: 529- Lip: 21- Hc: 63- Pro: 33
12

- Patatas guisadas con magro
- Abadejo en salsa con lechuga y zanahoria

- Yogur de sabores
- Pan integral y agua

*Stewed potatoes with pork
Fish in sauce with salad
Yogurt
Whole bread and water*

Kcal: 665- Lip: 36- Hc: 59- Pro: 30
13

- Macarrones integrales salteados con verduras
- Croquetas de jamón con lechuga y tomate

- Pera y leche
- Pan y agua

*Whole sautéed macaroni with vegetables
Ham croquettes with salad
Pear and milk
Bread and water*

Kcal: 622- Lip: 18- Hc: 95- Pro: 21
16

- Coliflor gratinada
- Salmón al horno con lechuga y pepino

- Naranja y leche
- Pan y agua

*Cauliflower au gratin
Baked salmon with salad
Orange and milk
Bread and water*

Kcal: 542- Lip: 31- Hc: 43- Pro: 31
17

- Crema de verduras naturales
- Filete de pollo al ajillo con patatas fritas

- Pera y leche
- Pan y agua

*Vegetables cream
Chicken fillet with fries
Pear and milk
Bread and water*

Kcal: 530- Lip: 26- Hc: 54- Pro: 26
18

- Sopa de ave con fideos
- Ternera asada al horno con patata y verduras

- Yogur de sabores
- Pan y agua

*Chicken soup
Roasted veal with vegetables
Yogurt
Bread and water*

Kcal: 609- Lip: 20- Hc: 66- Pro: 44
19

- Arroz con tomate
- Tortilla de bonito con lechuga y maíz

- Plátano y leche
- Pan integral y agua

*Rice in tomato sauce
Tuna omelet with salad
Banana and milk
Whole bread and water*

Kcal: 648- Lip: 20- Hc: 102- Pro: 20
20

- Coditos con tomate y queso gratinados
- Hamburguesa a la plancha con lechuga y maíz
- Manzana y leche
- Pan y agua

*Pasta in tomato sauce with cheese
Grilled hamburger with salad
Apple and milk
Bread and water*

Kcal: 631- Lip: 28- Hc: 85- Pro: 20
23

- Patatas guisadas con pollo
- Solla a la plancha con lechuga y tomate
- Pera y leche
- Pan y agua

*Stewed potatoes with chicken
Grilled sole with salad
Pear and milk
Bread and water*

Kcal: 626- Lip: 34- Hc: 56- Pro: 31
24

- Arroz milanesea salteado con verduras
- Revuelto de york con rodajas de tomate
- Naranja y leche
- Pan y agua

*Sautéed rice with vegetables
Scrambled eggs with ham and tomato salad
Orange and milk
Bread and water*

Kcal: 688- Lip: 30- Hc: 84- Pro: 23
25

- Sopa de ave con fideos
- Ternera asada al horno con patata y verduras
- Mandarina y leche
- Pan y agua

*Chicken soup
Roasted veal with vegetables
Tangerine and milk
Bread and water*

Kcal: 562- Lip: 19- Hc: 52- Pro: 40
26

JORNADA GASTRONÓMICA HINDÚ
(Sopa de verduras al curry / Pollo tandoori con cuscús / Helado)

INDIAN GASTRONOMIC DAY
(Vegetables curry soup / Chicken tandoori wit couscous / Ice cream)

27

MENÚ ALÉRGICOS A LA LEGUMBRE



Nuestros menús cubren alrededor del 35% de las necesidades nutricionales de un niño cumpliendo con la normativa vigente.
La calidad de nuestros menús se basa en la compra diaria. Por esta razón, nos podríamos encontrar en la necesidad de realizar algún cambio.
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.

LUNES / MONDAY

- Brócoli rehogado al ajillo
- Ternera en salsa con chips de batata

- Manzana eco y leche
- Pan y agua

*Sautéed broccoli
Veal in sauce with sweet potatoes
Organic apple and milk
Bread and water*

Kcal: 676- Lip: 41- Hc: 48- Pro: 34
2

MARTES / TUESDAY

- Espaguetis integrales con tomate y pavo
- Solla a la andaluza con lechuga y pepino

- Pera y leche
- Pan y agua

*Whole spaghetti in tomato sauce with turkey
Bettered sole with salad
Pear and milk
Bread and water*

Kcal: 691- Lip: 26- Hc: 91- Pro: 31
3

MIÉRCOLES / WEDNESDAY

- Sopa de cocido con fideos
- Complemento de cocido: garbanzos, repollo, carne, patata)
- Actimel
- Pan y agua

*Cocido soup
Chickpeas with meat, potatoes...
Actimel
Bread and water*

Kcal: 643- Lip: 25- Hc: 71- Pro: 40
4

JUEVES / THURSDAY

- Crema de calabaza con picatostes
- Tortilla de patatas con lechuga y tomate

- Plátano y leche
- Pan y agua

*Pumpkin cream with croutons
Spanish omelet with salad
Banana and milk
Bread and water*

Kcal: 650- Lip: 34- Hc: 77- Pro: 17
5

VIERNES / FRIDAY

- Lentejas guisadas con zanahoria
- Bacalao al horno con lechuga y maíz

- Naranja y leche
- Pan integral y agua

*Stewed lentils with carrots
Baked cod with salad
Orange and milk
Whole bread and water*

Kcal: 628- Lip: 28- Hc: 64- Pro: 40
6

- Guisantes rehogados
- Albóndigas a la jardinera c/ patatas panaderas

- Mandarina y leche
- Pan y agua

*Sautéed peas
Meatballs in sauce with potatoes
Tangerine and milk
Bread and water*

Kcal: 558- Lip: 25- Hc: 74- Pro: 23
9

- Arroz guisado con pollo
- Merluza al ajo y perejil con lechuga eco

- Plátano y leche
- Pan y agua

*Stewed rice with chicken
Hake in garlic sauce with organic salad
Banana and milk
Bread and water*

Kcal: 833- Lip: 30- Hc: 105- Pro: 40
10

- Judías blancas estofadas con verduras
- Tortilla de calabacín con rodajas de tomate

- Naranja y leche
- Pan y agua

*Stewed beans with vegetables
Zucchini omelet with tomato salad
Orange and milk
Bread and water*

Kcal: 599- Lip: 34- Hc: 64- Pro: 24
11

- Menestra de verduras rehogadas
- Jamoncitos de pollo al horno con puré de patata

- Pera y leche
- Pan y agua

*Vegetable stew
Chicken legs in sauce with mashed potatoes
Pear and milk
Bread and water*

Kcal: 529- Lip: 21- Hc: 63- Pro: 33
12

- Patatas guisadas con carne
- Abadejo en salsa con lechuga y zanahoria

- Yogur de sabores
- Pan integral y agua

*Stewed potatoes with meat
Fish in sauce with salad
Yogurt
Whole bread and water*

Kcal: 662- Lip: 34- Hc: 59- Pro: 32
13

- Macarrones integrales salteados con verduras
- Escalopines de ternera con lechuga y tomate

- Pera y leche
- Pan y agua

*Whole sautéed macaroni with vegetables
Veal fillets with salad
Pear and milk
Bread and water*

Kcal: 656- Lip: 22- Hc: 83- Pro: 40
16

- Lentejas eco estofadas con verduras
- Salmón al horno con lechuga y pepino

- Naranja y leche
- Pan y agua

*Organic stewed lentils with vegetables
Baked salmon with salad
Orange and milk
Bread and water*

Kcal: 671- Lip: 33- Hc: 65- Pro: 35
17

- Crema de verduras naturales
- Filete de pollo al ajillo con patatas fritas

- Pera y leche
- Pan y agua

*Vegetables cream
Chicken fillet with fries
Pear and milk
Bread and water*

Kcal: 530- Lip: 26- Hc: 54- Pro: 26
18

- Sopa de cocido con fideos
- Complemento de cocido: garbanzos, repollo, carne, patata)
- Yogur de sabores
- Pan y agua

*Cocido soup
Chickpeas with meat, potatoes...
Yogurt
Bread and water*

Kcal: 643- Lip: 25- Hc: 71- Pro: 40
19

- Coditos con tomate y queso gratinados
- Hamburguesa a la plancha con lechuga y maíz
- Manzana y leche
- Pan y agua

*Pasta in tomato sauce with cheese
Grilled hamburger with salad
Apple and milk
Bread and water*

Kcal: 631- Lip: 28- Hc: 85- Pro: 20
23

- Judías pintas estofadas con verduras
- Solla a la plancha con lechuga y tomate
- Pera y leche
- Pan y agua

*Stewed black beans with vegetables
Grilled sole with salad
Pear and milk
Bread and water*

Kcal: 534- Lip: 23- Hc: 71- Pro: 28
24

- Arroz milanese salteado con verduras
- Tortilla francesa con rodajas de tomate
- Naranja y leche
- Pan y agua

*Sautéed rice with vegetables
Omelet with tomato salad
Orange and milk
Bread and water*

Kcal: 665- Lip: 30- Hc: 84- Pro: 18
25

- Sopa de cocido con fideos
- Complemento de cocido: garbanzos, repollo, carne, patata)
- Mandarina y leche
- Pan y agua

*Cocido soup
Chickpeas with meat, potatoes...
Tangerine and milk
Bread and water*

Kcal: 625- Lip: 24- Hc: 71- Pro: 38
26

JORNADA GASTRONÓMICA HINDÚ
(Sopa de verduras al curry / Pollo tandoori con cuscús / Helado)

INDIAN GASTRONOMIC DAY
(Vegetables curry soup / Chicken tandoori wit couscous / Ice cream)

27

MENÚ MUSULMÁN



Nuestros menús cubren alrededor del 35% de las necesidades nutricionales de un niño cumpliendo con la normativa vigente.
La calidad de nuestros menús se basa en la compra diaria. Por esta razón, nos podríamos encontrar en la necesidad de realizar algún cambio.
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.

LUNES / MONDAY

- Brócoli rehogado al ajillo
- Lomo asado a la naranja con chips de batata

- Manzana eco y leche
- Pan y agua

*Sautéed broccoli
Pork in orange sauce with sweet potatoes
Organic apple and milk
Bread and water*

Kcal: 538- Lip: 35- Hc: 35- Pro: 24
2

MARTES / TUESDAY

- Espaguetis integrales con tomate y pavo
- Filete de sajonia con lechuga y pepino

- Pera y leche
- Pan y agua

*Whole spaghetti in tomato sauce with turkey
Ham fillet with salad
Pear and milk
Bread and water*

Kcal: 718- Lip: 32- Hc: 83- Pro: 33
3

MIÉRCOLES / WEDNESDAY

- Sopa de cocido con fideos
- Complemento de cocido: garbanzos, repollo, carne, patata)
- Actimel
- Pan y agua

*Cocido soup
Chickpeas with meat, potatoes...
Actimel
Bread and water*

Kcal: 643- Lip: 25- Hc: 71- Pro: 40
4

JUEVES / THURSDAY

- Crema de calabaza con picatostes
- Tortilla de patatas con lechuga y tomate

- Plátano y leche
- Pan y agua

*Pumpkin cream with croutons
Spanish omelet with salad
Banana and milk
Bread and water*

Kcal: 650- Lip: 34- Hc: 77- Pro: 17
5

VIERNES / FRIDAY

- Lentejas guisadas con zanahoria
- Ternera en salsa con lechuga y maíz

- Naranja y leche
- Pan integral y agua

*Stewed lentils with carrots
Veal in sauce with salad
Orange and milk
Whole bread and water*

Kcal: 764- Lip: 36- Hc: 75- Pro: 45
6

- Guisantes rehogados con jamón
- Albóndigas a la jardinera c/ patatas panaderas

- Mandarina y leche
- Pan y agua

*Sautéed peas with ham
Meatballs in sauce with potatoes
Tangerine and milk
Bread and water*

Kcal: 558- Lip: 25- Hc: 74- Pro: 23
9

- Arroz guisado con magro
- Escalopines de ternera con lechuga eco

- Plátano y leche
- Pan y agua

*Stewed rice with pork
Veal fillets with organic salad
Banana and milk
Bread and water*

Kcal: 817- Lip: 30- Hc: 102- Pro: 38
10

- Judías blancas estofadas con verduras
- Tortilla de calabacín con rodajas de tomate

- Naranja y leche
- Pan y agua

*Stewed beans with vegetables
Zucchini omelet with tomato salad
Orange and milk
Bread and water*

Kcal: 599- Lip: 34- Hc: 64- Pro: 24
11

- Menestra de verduras rehogadas
- Jamoncitos de pollo al horno con puré de patata

- Pera y leche
- Pan y agua

*Vegetable stew
Chicken legs in sauce with mashed potatoes
Pear and milk
Bread and water*

Kcal: 529- Lip: 21- Hc: 63- Pro: 33
12

- Patatas guisadas con magro
- Lacón asado con lechuga y zanahoria

- Yogur de sabores
- Pan integral y agua

*Stewed potatoes with pork
Baked ham with salad
Yogurt
Whole bread and water*

Kcal: 754- Lip: 47- Hc: 51- Pro: 35
13

- Macarrones integrales salteados con verduras
- Croquetas de jamón con lechuga y tomate

- Pera y leche
- Pan y agua

*Whole sautéed macaroni with vegetables
Ham croquettes with salad
Pear and milk
Bread and water*

Kcal: 622- Lip: 18- Hc: 95- Pro: 21
16

- Lentejas eco estofadas con verduras
- Ragú de pavo con lechuga y pepino

- Naranja y leche
- Pan y agua

*Organic stewed lentils with vegetables
Turkey in sauce with salad
Orange and milk
Bread and water*

Kcal: 678- Lip: 29- Hc: 70- Pro: 44
17

- Crema de verduras naturales
- Filete de pollo al ajillo con patatas fritas

- Pera y leche
- Pan y agua

*Vegetables cream
Chicken fillet with fries
Pear and milk
Bread and water*

Kcal: 530- Lip: 26- Hc: 54- Pro: 26
18

- Sopa de cocido con fideos
- Complemento de cocido: garbanzos, repollo, carne, patata)
- Yogur de sabores
- Pan y agua

*Cocido soup
Chickpeas with meat, potatoes...
Yogurt
Bread and water*

Kcal: 643- Lip: 25- Hc: 71- Pro: 40
19

- Coditos con tomate y queso gratinados
- Hamburguesa a la plancha con lechuga y maíz
- Manzana y leche
- Pan y agua

*Pasta in tomato sauce with cheese
Grilled hamburger with salad
Apple and milk
Bread and water*

Kcal: 631- Lip: 28- Hc: 85- Pro: 20
23

- Judías pintas estofadas con verduras
- Pollo en salsa con lechuga y tomate
- Pera y leche
- Pan y agua

*Stewed black beans with vegetables
Chicken in sauce with salad
Pear and milk
Bread and water*

Kcal: 687- Lip: 33- Hc: 77- Pro: 40
24

- Arroz milanesea salteado con verduras
- Revuelto de york con rodajas de tomate
- Naranja y leche
- Pan y agua

*Sautéed rice with vegetables
Scrambled eggs with ham and tomato salad
Orange and milk
Bread and water*

Kcal: 688- Lip: 30- Hc: 84- Pro: 23
25

- Sopa de cocido con fideos
- Complemento de cocido: garbanzos, repollo, carne, patata)
- Mandarina y leche
- Pan y agua

*Cocido soup
Chickpeas with meat, potatoes...
Tangerine and milk
Bread and water*

Kcal: 625- Lip: 24- Hc: 71- Pro: 38
26

JORNADA GASTRONÓMICA HINDÚ
(Sopa de verduras al curry / Pollo tandoori con cuscús / Helado)

INDIAN GASTRONOMIC DAY
(Vegetables curry soup / Chicken tandoori wit couscous / Ice cream)

27



MENÚ ALÉRGICOS AL PESCADO

Nuestros menús cubren alrededor del 35% de las necesidades nutricionales de un niño cumpliendo con la normativa vigente. La calidad de nuestros menús se basa en la compra diaria. Por esta razón, nos podríamos encontrar en la necesidad de realizar algún cambio. 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.