





LUNES / MONDAY	MARTES / TUESDAY	MIÉRCOLES / WEDNESDAY	JUEVES / THURSDAY	VIERNES / FRIDAY
				FIESTA DE TODOS LOS SANTOS <i>FREE DAY</i> 1
- Crema de calabaza con picatostes - Ragú de ternera en salsa con quinoa - Manzana ecológica y leche - Pan y agua <i>Pumpkin cream with croutons Veal ragout in sauce with quinoa Organic apple and milk Bread and water</i> Kcal: 603- Lip: 22- Hc: 83- Pro: 27 4	- Lentejas guisadas con chorizo - Lomo fresco con lechuga y maíz - Mandarina y leche - Pan y agua <i>Stewed lentils with chorizo Pork loin with salad Tangerine and milk Bread and water</i> Kcal: 667- Lip: 33- Hc: 59- Pro: 38 5	- Brócoli gratinado con bechamel - Pollo estofado con patata y verduras - Naranja y leche - Pan y agua <i>Broccoli au gratin Chicken in sauce with vegetables and potatoes Orange and milk Bread and water</i> Kcal: 637- Lip: 36- Hc: 53- Pro: 38 6	- Sopa de cocido con fideos - Complemento de cocido: garbanzos, repollo, carne, patata) - Pera y leche - Pan y agua <i>Cocido soup Chickpeas with meat, potatoes... Pear and milk Bread and water</i> Kcal: 671- Lip: 23- Hc: 72- Pro: 36 7	- Coditos con tomate y queso - Bacalao con tomate con lechuga y tomate - Actimel - Pan integral y agua <i>Pasta in tomato sauce with cheese Cod in tomato sauce with salad Actimel Whole bread and water</i> Kcal: 773- Lip: 34- Hc: 78- Pro: 41 8
- Judías verdes rehogadas - Lomo de Sajonia con lechuga ecológica y zanahoria - Plátano y leche - Pan y agua <i>Stewed green beans Ham fillet with organic salad Banana and milk Bread and water</i> Kcal: 581- Lip: 25- Hc: 69- Pro: 26 11	- Garbanzos guisados con tomate - Filete de merluza en salsa con champiñones rehogados - Uvas y leche - Pan y agua <i>Stewed chickpeas with tomato Hake in sauce with mushrooms Grapes and milk Bread and water</i> Kcal: 554- Lip: 25- Hc: 64- Pro: 29 12	- Crema de calabacín - Albóndigas en salsa con patatas cuadro - Manzana y leche - Pan y agua <i>Zucchini cream Meatballs in sauce with fries Apple and milk Bread and water</i> Kcal: 570- Lip: 34- Hc: 63- Pro: 14 13	- Macarrones integrales con tomate y pavo - Solla al horno con verduritas al vapor - Naranja y leche - Pan y agua <i>Whole macaroni in tomato sauce with turkey Baked sole with vegetables Orange and milk Bread and water</i> Kcal: 612- Lip: 24- Hc: 78- Pro: 25 14	- Judías blancas estofadas con zanahoria - Pollo a la plancha con lechuga y maíz - Yogur - Pan integral y agua <i>Stewed beans with carrots Chicken fillet with salad Yogurt Whole bread and water</i> Kcal: 568- Lip: 24- Hc: 62- Pro: 37 15
- Arroz blanco con salsa de tomate - Merluza en salsa verde con guisantes - Pera y leche - Pan y agua <i>Rice in tomato sauce Hake in green sauce with peas Pear and milk Bread and water</i> Kcal: 667- Lip: 23- Hc: 99- Pro: 21 18	- Lentejas guisadas con zanahoria - Filete de pollo al ajillo con pimientos asados - Plátano y leche - Pan y agua <i>Stewed lentils with carrots Chicken fillet in garlic sauce with peppers Banana and milk Bread and water</i> Kcal: 682- Lip: 27- Hc: 84- Pro: 36 19	- Crema de verduras naturales - Bacalao enharinado con lechuga y tomate - Naranja y leche - Pan y agua <i>Vegetables cream Battered cod with salad Orange and milk Bread and water</i> Kcal: 490- Lip: 22- Hc: 54- Pro: 24 20	- Patatas guisadas con calamares - Hamburguesa de ternera con salsa de tomate - Manzana y leche - Pan y agua <i>Stewed potatoes with squid Hamburger in tomato sauce Apple and milk Bread and water</i> Kcal: 666- Lip: 43- Hc: 51- Pro: 24 21	- Sopa de cocido con fideos - Complemento de cocido: garbanzos, repollo, carne, patata) - Yogur - Pan integral y agua <i>Cocido soup Chickpeas with meat, potatoes... Yogurt Whole bread and water</i> Kcal: 681- Lip: 25- Hc: 72- Pro: 40 22
- Espaguetis integrales con tomate y atún - Rape al horno con rodajas de tomate - Plátano y leche - Pan y agua <i>Whole spaghetti in tomato sauce with tuna Baked monkfish with tomato salad Banana and milk Bread and water</i> Kcal: 658- Lip: 20- Hc: 80- Pro: 32 25	- Judías pintas estofadas - Lomo fresco con patatas al vapor - Naranja y leche - Pan y agua <i>Stewed black beans Pork loin with potatoes Orange and milk Bread and water</i> Kcal: 574- Lip: 25- Hc: 70- Pro: 35 26	- Sopa de picadillo con fideos - Salmón al horno con tomates cherry - Manzana y leche - Pan y agua <i>Chicken soup Baked salmon with tomatoes Apple and milk Bread and water</i> Kcal: 583- Lip: 27- Hc: 56- Pro: 32 27	- Guisantes rehogados con jamón - Albóndigas en salsa con pisto manchego - Pera y leche - Pan y agua <i>Vegetable stew Meatballs in sauce with ratatouille Pear and milk Bread and water</i> Kcal: 580- Lip: 34- Hc: 62- Pro: 20 28	JORNADA GASTRONOMICA ITALIANA (Espirales con salsa de tomate / Pollo a la cacciottara / Yogur) ITALIAN GASTRONOMY DAY (Pasta in tomato sauce / Chicken in sauce with vegetables / Yogurt) 29

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. Valoraciones nutricionales teóricas para el grupo de edad entre 6 – 9 años.

MENÚ ALÉRGICOS AL HUEVO

NOVIEMBRE / NOVEMBER 2024

Imagen de pikisuperstar en Freepik



LUNES / MONDAY	MARTES / TUESDAY	MIÉRCOLES / WEDNESDAY	JUEVES / THURSDAY	VIERNES / FRIDAY
				FIESTA DE TODOS LOS SANTOS <i>FREE DAY</i> 1
- Crema de calabaza con picatostes - Ragú de ternera en salsa con quinoa - Manzana ecológica y bebida de soja - Pan y agua <i>Pumpkin cream with croutons Veal ragout in sauce with quinoa Organic apple and soy milk Bread and water</i> Kcal: 551- Lip: 18- Hc: 78- Pro: 27 4	- Lentejas guisadas con chorizo - Tortilla de york con lechuga y maíz - Mandarina y bebida de soja - Pan y agua <i>Stewed lentils with chorizo Ham omelet with salad Tangerine and soy milk Bread and water</i> Kcal: 566- Lip: 28- Hc: 54- Pro: 30 5	- Brócoli rehogado al ajillo - Pollo estofado con patata y verduras - Naranja y bebida de soja - Pan y agua <i>Sautéed broccoli Chicken in sauce with vegetables and potatoes Orange and soy milk Bread and water</i> Kcal: 585- Lip: 32- Hc: 48- Pro: 38 6	- Sopa de cocido con fideos - Complemento de cocido: garbanzos, repollo, carne, patata) - Pera y bebida de soja - Pan y agua <i>Cocido soup Chickpeas with meat, potatoes... Pear and soy milk Bread and water</i> Kcal: 619- Lip: 19- Hc: 67- Pro: 36 7	- Coditos con tomate - Bacalao con tomate con lechuga y tomate - Yogur de soja - Pan integral y agua <i>Pasta in tomato sauce with cheese Cod in tomato sauce with salad Soy yogurt Whole bread and water</i> Kcal: 730- Lip: 34- Hc: 65- Pro: 43 8
- Judías verdes rehogadas - Lomo de Sajonia con lechuga ecológica y zanahoria - Plátano y bebida de soja - Pan y agua <i>Stewed green beans Ham fillet with organic salad Banana and soy milk Bread and water</i> Kcal: 529- Lip: 21- Hc: 64- Pro: 26 11	- Garbanzos guisados con tomate - Filete de merluza en salsa con champiñones rehogados - Uvas y bebida de soja - Pan y agua <i>Stewed chickpeas with tomato Hake in sauce with mushrooms Grapes and soy milk Bread and water</i> Kcal: 502- Lip: 21- Hc: 59- Pro: 29 12	- Crema de calabacín - Albóndigas en salsa con patatas cuadro - Manzana y bebida de soja - Pan y agua <i>Zucchini cream Meatballs in sauce with fries Apple and soy milk Bread and water</i> Kcal: 518- Lip: 30- Hc: 58- Pro: 14 13	- Macarrones integrales con tomate y pavo - Solla al horno con verduritas al vapor - Naranja y bebida de soja - Pan y agua <i>Whole macaroni in tomato sauce with turkey Baked sole with vegetables Orange and soy milk Bread and water</i> Kcal: 560- Lip: 20- Hc: 73- Pro: 25 14	- Judías blancas estofadas con zanahoria - Tortilla francesa con lechuga y maíz - Yogur de soja - Pan integral y agua <i>Stewed beans with carrots Omelet with salad Soy yogurt Whole bread and water</i> Kcal: 612- Lip: 29- Hc: 46- Pro: 29 15
- Arroz blanco con salsa de tomate - Merluza en salsa verde con guisantes - Pera y bebida de soja - Pan y agua <i>Rice in tomato sauce Hake in green sauce with peas Pear and soy milk Bread and water</i> Kcal: 615- Lip: 19- Hc: 94- Pro: 23 18	- Lentejas guisadas con zanahoria - Filete de pollo al ajillo con pimientos asados - Plátano y bebida de soja - Pan y agua <i>Stewed lentils with carrots Chicken fillet in garlic sauce with peppers Banana and soy milk Bread and water</i> Kcal: 630- Lip: 24- Hc: 79- Pro: 36 19	- Crema de verduras naturales - Bacalao enharinado con lechuga y tomate - Naranja y bebida de soja - Pan y agua <i>Vegetables cream Cod croquettes with salad Orange and soy milk Bread and water</i> Kcal: 439- Lip: 17- Hc: 64- Pro: 13 20	- Patatas guisadas con calamares - Hamburguesa de ternera con salsa de tomate - Manzana y leche - Pan y agua <i>Stewed potatoes with squid Hamburger in tomato sauce Apple and milk Bread and water</i> Kcal: 614- Lip: 39- Hc: 46- Pro: 24 21	- Sopa de cocido con fideos - Complemento de cocido: garbanzos, repollo, carne, patata) - Yogur de soja - Pan integral y agua <i>Cocido soup Chickpeas with meat, potatoes... Soy yogurt Whole bread and water</i> Kcal: 638- Lip: 25- Hc: 59- Pro: 42 22
- Espaguetis integrales con tomate y atún - Rape al horno con rodajas de tomate - Plátano y bebida de soja - Pan y agua <i>Whole spaghetti in tomato sauce with tuna Baked monkfish with tomato salad Banana and soy milk Bread and water</i> Kcal: 606- Lip: 16- Hc: 75- Pro: 32 25	- Judías pintas estofadas - Lomo fresco con patatas al vapor - Naranja y bebida de soja - Pan y agua <i>Stewed black beans Pork loin with potatoes Orange and soy milk Bread and water</i> Kcal: 522- Lip: 21- Hc: 65- Pro: 35 26	- Sopa de picadillo con fideos - Salmón al horno con tomates cherry - Manzana y bebida de soja - Pan y agua <i>Chicken soup Baked salmon with tomatoes Apple and soy milk Bread and water</i> Kcal: 531- Lip: 23- Hc: 51- Pro: 32 27	- Guisantes rehogados con jamón - Tortilla de patata con pisto manchego - Pera y bebida de soja - Pan y agua <i>Vegetable stew Spanish omelet with ratatouille Pear and soy milk Bread and water</i> Kcal: 538- Lip: 31- Hc: 51- Pro: 24 28	JORNADA GASTRONOMICA ITALIANA (Tortellini con tomate / Pollo a la cacciottara / Yogur de soja) ITALIAN GASTRONOMY DAY (Tortellini in tomato sauce / Chicken in sauce with vegetables / Soy yogurt) 29

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. Valoraciones nutricionales teóricas para el grupo de edad entre 6 – 9 años.

MENÚ ALÉRGICOS LECHE Y DERIVADOS

NOVIEMBRE / NOVEMBER 2024

Imagen de pikisuperstar en Freepik

LUNES / MONDAY	MARTES / TUESDAY	MIÉRCOLES / WEDNESDAY	JUEVES / THURSDAY	VIERNES / FRIDAY
				FIESTA DE TODOS LOS SANTOS <i>FREE DAY</i> 1
- Crema de calabaza con picatostes - Ragú de ternera en salsa con quinoa - Manzana ecológica y leche - Pan y agua <i>Pumpkin cream with croutons Veal ragout in sauce with quinoa Organic apple and milk Bread and water</i> Kcal: 603- Lip: 22- Hc: 83- Pro: 27 4	- Lentejas guisadas con verduras - Tortilla de pavo con lechuga y maíz - Mandarina y leche - Pan y agua <i>Stewed lentils with vegetables Turkey omelet with salad Tangerine and milk Bread and water</i> Kcal: 612- Lip: 30- Hc: 59- Pro: 32 5	- Brócoli gratinado con bechamel - Pollo estofado con patata y verduras - Naranja y leche - Pan y agua <i>Broccoli au gratin Chicken in sauce with vegetables and potatoes Orange and milk Bread and water</i> Kcal: 637- Lip: 36- Hc: 53- Pro: 38 6	- Sopa de cocido con fideos - Complemento de cocido: garbanzos, repollo, carne, patata) - Pera y leche - Pan y agua <i>Cocido soup Chickpeas with meat, potatoes... Pear and milk Bread and water</i> Kcal: 671- Lip: 23- Hc: 72- Pro: 36 7	- Coditos con tomate y queso - Bacalao con tomate con lechuga y tomate - Actimel - Pan integral y agua <i>Pasta in tomato sauce with cheese Cod in tomato sauce with salad Actimel Whole bread and water</i> Kcal: 773- Lip: 34- Hc: 78- Pro: 41 8
- Judías verdes rehogadas - Escalopines de ternera con lechuga ecológica y zanahoria - Plátano y leche - Pan y agua <i>Stewed green beans Veal fillet with organic salad Banana and milk Bread and water</i> Kcal: 641- Lip: 31- Hc: 60- Pro: 39 11	- Garbanzos guisados con tomate - Filete de merluza en salsa con champiñones rehogados - Uvas y leche - Pan y agua <i>Stewed chickpeas with tomato Hake in sauce with mushrooms Grapes and milk Bread and water</i> Kcal: 554- Lip: 25- Hc: 64- Pro: 29 12	- Crema de calabacín - Albóndigas en salsa con patatas cuadro - Manzana y leche - Pan y agua <i>Zucchini cream Meatballs in sauce with fries Apple and milk Bread and water</i> Kcal: 570- Lip: 34- Hc: 63- Pro: 14 13	- Macarrones integrales con tomate y pavo - Solla al horno con verduritas al vapor - Naranja y leche - Pan y agua <i>Whole macaroni in tomato sauce with turkey Baked sole with vegetables Orange and milk Bread and water</i> Kcal: 612- Lip: 24- Hc: 78- Pro: 25 14	- Judías blancas estofadas con zanahoria - Tortilla de queso con lechuga y maíz - Yogur - Pan integral y agua <i>Stewed beans with carrots Cheese omelet with salad Yogurt Whole bread and water</i> Kcal: 670- Lip: 40- Hc: 62- Pro: 27 15
- Arroz blanco con salsa de tomate - Merluza en salsa verde con guisantes - Pera y leche - Pan y agua <i>Rice in tomato sauce Hake in green sauce with peas Pear and milk Bread and water</i> Kcal: 667- Lip: 23- Hc: 99- Pro: 21 18	- Lentejas guisadas con zanahoria - Filete de pollo al ajillo con pimientos asados - Plátano y leche - Pan y agua <i>Stewed lentils with carrots Chicken fillet in garlic sauce with peppers Banana and milk Bread and water</i> Kcal: 682- Lip: 27- Hc: 84- Pro: 36 19	- Crema de verduras naturales - Croquetas de bacalao con lechuga y tomate - Naranja y leche - Pan y agua <i>Vegetables cream Cod croquettes with salad Orange and milk Bread and water</i> Kcal: 491- Lip: 21- Hc: 69- Pro: 13 20	- Patatas guisadas con calamares - Hamburguesa de ternera con salsa de tomate - Manzana y leche - Pan y agua <i>Stewed potatoes with squid Hamburger in tomato sauce Apple and milk Bread and water</i> Kcal: 666- Lip: 43- Hc: 51- Pro: 24 21	- Sopa de cocido con fideos - Complemento de cocido: garbanzos, repollo, carne, patata) - Yogur - Pan integral y agua <i>Cocido soup Chickpeas with meat, potatoes... Yogurt Whole bread and water</i> Kcal: 681- Lip: 25- Hc: 72- Pro: 40 22
- Espaguetis integrales con tomate y atún - Rape al horno con rodajas de tomate - Plátano y leche - Pan y agua <i>Whole spaghetti in tomato sauce with tuna Baked monkfish with tomato salad Banana and milk Bread and water</i> Kcal: 658- Lip: 20- Hc: 80- Pro: 32 25	- Judías pintas estofadas - Ragú de pavo en salsa con patatas al vapor - Naranja y leche - Pan y agua <i>Stewed black beans Turkey ragout with potatoes Orange and milk Bread and water</i> Kcal: 617- Lip: 24- Hc: 76- Pro: 44 26	- Sopa de picadillo con fideos - Salmón al horno con tomates cherry - Manzana y leche - Pan y agua <i>Chicken soup Baked salmon with tomatoes Apple and milk Bread and water</i> Kcal: 583- Lip: 27- Hc: 56- Pro: 32 27	- Guisantes rehogados al ajillo - Tortilla de patata con pisto manchego - Pera y leche - Pan y agua <i>Stewed peas Spanish omelet with ratatouille Pear and milk Bread and water</i> Kcal: 590- Lip: 35- Hc: 56- Pro: 24 28	JORNADA GASTRONOMICA ITALIANA (Tortellini con tomate y queso / Pollo a la cacciottara / Helado) ITALIAN GASTRONOMY DAY (Tortellini in tomato sauce / Chicken in sauce with vegetables / Ice cream) 29

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. Valoraciones nutricionales teóricas para el grupo de edad entre 6 – 9 años.

MENÚ MUSULMÁN

NOVIEMBRE / NOVEMBER 2024

Imagen de pikisuperstar en Freepik