

LUNES

MARTES

MIÉRCOLES

JUEVES

VIERNES

1

790 Kcal. P.: 12 HC.: 43 L.: 44 G.: 13

**ARROZ CON TOMATE**  
RICE WITH TOMATO SAUCE  
**LOMO AL GRILL**  
GRILLED PORK LOIN  
**LECHUGA Y ZANAHORIA RALLADA**  
LETTUCE AND SHREDED CARROT  
**FRUTA**  
FRUIT



4

653 Kcal. P.: 22 HC.: 38 L.: 36 G.: 11

**LENTEJAS ESTOFADAS CON ARROZ INTEGRAL**  
LENTILS STEW WITH INTEGRAL RICE  
**HAMBURGUESA DE TERNERA CON CEBOLLA CARAMELIZADA**  
BEEF BURGER WITH CARAMELISED ONION  
**FRUTA**  
FRUIT

5

661 Kcal. P.: 15 HC.: 46 L.: 37 G.: 8

**MACARRONES CON QUESO Y OREGANO**  
MACARRONES WITH CHEESE AND ORIGAN  
**TORTILLA DE JAMÓN YORK**  
HAM OMELETTE  
**LECHUGA Y COL LOMBARDA**  
LETTUCE AND RED CABBAGE  
**FRUTA**  
FRUIT

6

634 Kcal. P.: 26 HC.: 22 L.: 51 G.: 13

**CREMA DE VERDURA TRICOLOR (CON ZANAHORIA, BRÓCOLI Y PATATA)**  
CREAM OF TRICOLOR VEGETABLES SOUP  
**CONTRAMUSLO DE POLLO AL AJILLO**  
CHICKEN THIGH WITH GARLIC  
**ENSALADA DE LECHUGA, TOMATE Y CEBOLLA**  
LETTUCE, ONION AND TOMATO SALAD  
**YOGUR**  
YOGHURT

7

635 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

8

806 Kcal. P.: 15 HC.: 50 L.: 33 G.: 5

**JORNADA FISH REVOLUTION**  
**ARROZ MILANESA DE MAR**  
MILANESE SEA RICE  
**FILETE DE ABADEJO EMPANADO**  
BREADED FISH FILLET  
**ENSALADA DE LECHUGA, MAÍZ, JUDIA BROTE Y ZANAHORIA**  
SALAD WITH LETTUCE, SWEETCORN, MUNG BEANS AND CARROT  
**FRUTA**  
FRUIT

11

**NO LECTIVO**

12

**FESTIVO**

13

616 Kcal. P.: 13 HC.: 55 L.: 30 G.: 6

**ARROZ TRES DELICIAS (CON GUI SANTES, MAÍZ Y ZANAHORIA)**  
CHINESE RICE (CARROT, SWEETCORN AND PEAS)  
**REVUELO ARAGONES CON HUEVO, JAMON, PATATA Y PIMIENTO VERDE**  
SCRAMBLED EGGS WITH HAM, POTATO AND GREEN PEPPER  
**FRUTA**  
FRUIT

14

667 Kcal. P.: 23 HC.: 33 L.: 38 G.: 8

**MAR MEDITERRÁNEO: MARRUECOS**  
**LOUBIA (ALUBIAS BLANCAS MARROQUÍ)**  
LOUBIA (MOROCCAN WHITE BEANS)  
**POLLO ESTILO MARROQUÍ**  
MOROCCAN STYLE CHICKEN  
**LECHUGA Y PEPINO**  
LETTUCE AND CUCUMBER  
**FRUTA**  
FRUIT

15

673 Kcal. P.: 16 HC.: 31 L.: 50 G.: 13

**JUDÍAS VERDES REHOGADAS CON PIMENTÓN**  
GREEN BEANS WITH OLIVE OIL AND PAPRIKA  
**ALBÓNDIGAS A LA NAPOLITANA**  
MEATBALLS TO "NAPOLITAN"  
**ARROZ INTEGRAL**  
WHOLE MEAL RICE  
**YOGUR**  
YOGHURT

18

585 Kcal. P.: 18 HC.: 42 L.: 34 G.: 6

**LENTEJAS GUI SADAS CON ZANAHORIA CONFITADA Y JENGIBRE**  
LENTILS STEWED WITH CARROT CONFIT AND GINGER  
**HUEVOS FRITOS CON PISTO**  
FRIED EGGS WITH RATATOUILLE  
**FRUTA**  
FRUIT

19

683 Kcal. P.: 23 HC.: 30 L.: 45 G.: 11

**CREMA DE CALABACÍN Y CALABAZA**  
CREAM OF COURGETTE AND PUMPKIN SOUP  
**CONTRAMUSLO DE POLLO AL CURRY**  
CURRIED CHICKEN THIGHS  
**LECHUGA Y MAÍZ**  
LETTUCE AND SWEETCORN  
**FRUTA**  
FRUIT

20

747 Kcal. P.: 15 HC.: 46 L.: 36 G.: 5

**PAELLA ALICANTINA**  
ALACANT PAELLA  
**MEDALLON DE BACALAO AL HORNO CON LIMON Y CAMA DE CEBOLLA**  
BAKED COD MEDALLION WITH LEMON AND ONION  
**LECHUGA**  
LETTUCE  
**FRUTA**  
FRUIT

21

635 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

22

795 Kcal. P.: 16 HC.: 45 L.: 37 G.: 6

**RECETA FISH REVOLUTION**  
**FIDEUA CON VERDURITAS**  
VEGETABLE FIDEUA  
**BOQUERON ANDALUZA (ENHARINADO Y FRITO)**  
ANDALUSIAN STYLE ANCHOVY  
**CON SALSIMOJO**  
WITH SALSIMOJO  
**FRUTA**  
FRUIT

25

664 Kcal. P.: 8 HC.: 46 L.: 43 G.: 6

**CREMA DE PUERRO, PATATA Y ZANAHORIA**  
CREAM OF LEEK, POTATO AND CARROT SOUP  
**CROQUETAS ARTESANAS DE JAMÓN**  
HAM CROQUETTES  
**LECHUGA Y TOMATE**  
LETTUCE AND TOMATO  
**FRUTA**  
FRUIT

26

732 Kcal. P.: 16 HC.: 38 L.: 40 G.: 7

**ALUBIAS BLANCAS CON VERDURAS CON SALS DE AZAFRÁN**  
WHITE BEANS WITH VEGETABLES WITH SAFFRON SAUCE  
**TORTILLA DE PATATAS**  
SPANISH OMELETTE  
**TOMATE EN DADOS**  
DICED TOMATO  
**FRUTA**  
FRUIT

27

656 Kcal. P.: 27 HC.: 30 L.: 41 G.: 12

**SOPA MARAVILLA**  
PASTA SOUP  
**POLLO ASADO AL ESTILO CAJUN**  
CAJUN ROASTED CHICKEN  
**GUI SANTES**  
PEAS  
**YOGUR**  
YOGHURT

28

779 Kcal. P.: 13 HC.: 52 L.: 33 G.: 5

**ARROZ CON TOMATE Y ORÉGANO**  
RICE WITH TOMATO SAUCE AND OREGANO  
**MERLUZA EN COSTRA DE PATATA**  
BATTERED HAKE WITH POTATOES  
**LECHUGA Y REMOLACHA**  
LETTUCE AND BEETROOT  
**FRUTA**  
FRUIT

29

869 Kcal. P.: 14 HC.: 39 L.: 46 G.: 14

**MENÚ ESPECIAL DE HALLOWEEN**  
**MACARRONES CON SALS DE CALABAZA Y QUESO**  
MACARONI WITH PUMPKIN AND CHEESE SAUCE  
**LONGANIZAS CON TOMATE**  
SAUSAGES WITH TOMATO  
**CHAMPÍÑONES**  
MUSHROOMS  
**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:

[Empty dashed box for notes]

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.

