

LUNES

MARTES

MIÉRCOLES

JUEVES

VIERNES

1 653 Kcal. P.: 14 HC.: 58 L.: 27 G.: 4

ARROZ CON TOMATE Y ORÉGANO
RICE WITH TOMATO SAUCE Y OREGANO
FILETE DE MERLUZA ANDALUZA (ENHARINADO Y FRITO)
ANDALUSIAN STYLE HAKE FILLET

LECHUGA Y ZANAHORIA RALLADA
LETTUCE AND SHREDDED CARROT

FRUTA
FRUIT

2 610 Kcal. P.: 25 HC.: 25 L.: 48 G.: 13

ENSALADA GRIEGA DE PEPINO, TOMATE, ORÉGANO,
ACEITUNAS NEGRAS, CEBOLLA Y QUESO
GREEK CUCUMBER, TOMATO, OREGANO, BLACK
OLIVES, ONION AND CHEESE SALAD

CONTRAMUSLO DE POLLO AL HORNO CON MANZANA
ROAST CHICKEN WITH BAKED APPLE

FRUTA
FRUIT

3 602 Kcal. P.: 21 HC.: 34 L.: 39 G.: 9

ALUBIAS BLANCAS ESTOFADAS
HARICOT BEANS STEW
TORTILLA DE CALABACÍN
COURGETTE OMELETTE

TOMATE ALIÑADO
TOMATO

YOGUR
YOGHURT

4 638 Kcal. P.: 8 HC.: 44 L.: 45 G.: 6

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

CROQUETAS ARTESANAS DE JAMÓN
HAM CROQUETTES

ENSALADA DE LECHUGA, REMOLACHA Y MAÍZ
LETTUCE SALAD WITH BEETROOT AND SWEETCORN

FRUTA
FRUIT

7 739 Kcal. P.: 23 HC.: 38 L.: 35 G.: 10

LENTEJAS CON CALABAZA
LENTILS WITH PUMPKIN
ALBÓNDIGAS CON ZANAHORIAS Y GUISANTES
MEATBALLS WITH CARROTS AND PEAS

FRUTA
FRUIT

8 775 Kcal. P.: 17 HC.: 46 L.: 35 G.: 5

MACARRONES CON SALSA DE QUESO
MACARONI WITH CHEESE SAUCE

ABADEJO EN ADOBO
MARINATED FISH

TOMATE EN DADOS
DICED TOMATO

FRUTA
FRUIT

9 647 Kcal. P.: 23 HC.: 24 L.: 50 G.: 12

JUDÍAS VERDES CON ZANAHORIA
GREEN BEANS WITH CARROT

POLLO ASADO AL ESTILO CAJUN
CAJUN ROASTED CHICKEN

LECHUGA Y OLIVAS
LETTUCE AND OLIVES

FRUTA
FRUIT

10 542 Kcal. P.: 15 HC.: 56 L.: 23 G.: 3

VICHYSOISE
VICHYSOISE

GARBANZOS CON BOLOÑESA VEGETAL
CHICKPEAS & VEGETARIAN BOLOGNESE

FRUTA
FRUIT

11 759 Kcal. P.: 14 HC.: 49 L.: 36 G.: 10

JORNADA FISH REVOLUTION

PAELLA VALENCIANA
VALENCIAN PAELLA

HUEVOS REVUELTOS CON PATATAS MARINAS
SCRAMBLED EGGS AND SEA POTATOES

HELADO
ICE CREAM

14 689 Kcal. P.: 13 HC.: 49 L.: 36 G.: 10

ARROZ TRES DELICIAS (CON GUISANTES, MAÍZ Y
ZANAHORIA)
CHINESE RICE (CARROT, SWEETCORN AND PEAS)

CABEZA DE LOMO EN SALSA
PORK HEAD IN SAUCE

LECHUGA Y PEPINO
LETTUCE AND CUCUMBER

FRUTA
FRUIT

15 598 Kcal. P.: 18 HC.: 29 L.: 51 G.: 11

ENSALADA CAMPERA
COUNTRY SALAD

REVUELTO DE ATÚN
SCRAMBLED EGGS WITH TUNA FISH

LECHUGA Y ZANAHORIA RALLADA
LETTUCE AND SHREDDED CARROT

YOGUR
YOGHURT

16 820 Kcal. P.: 23 HC.: 32 L.: 42 G.: 9

TABULE DE GARBANZOS CON COUS COUS, TOMATE Y
ACEITUNAS NEGRAS
CHICKPEAS SALAD

POLLO KENTUCKY
KENTUCKY CHICKEN

ENSALADA DE BROTES
MUNG BEANS SALAD

FRUTA
FRUIT

17 762 Kcal. P.: 19 HC.: 44 L.: 35 G.: 6

RECETA FISH REVOLUTION

ESPIRALES A LA ITALIANA
PASTA SPIRALS ITALIAN STYLE

PALOMETA AL HORNO CON ROMESCU CITRICO Y
PATATA GRATINADA CON QUESO
BAKED "PALOMETA" WITH CITRUS ROMESCU AND
GRATED POTATO WITH CHEESE

FRUTA
FRUIT

18 713 Kcal. P.: 7 HC.: 42 L.: 49 G.: 7

CREMA DE CALABACÍN NATURAL CON PICATOSTES
CREAM OF COURGETTE WITH CROUTONS

EMPANADO DE PAVO Y QUESO
BREADED TURKEY AND CHEESE

LECHUGA
LETTUCE

FRUTA
FRUIT

21 770 Kcal. P.: 15 HC.: 38 L.: 42 G.: 7

LENTEJAS GUIADAS CON ZANAHORIA
LENTIL AND CARROT STEW

TORTILLA DE PATATAS
SPANISH OMELETTE

LECHUGA Y COL LOMBARDA
LETTUCE AND RED CABBAGE

FRUTA
FRUIT

22 608 Kcal. P.: 19 HC.: 31 L.: 48 G.: 17

MENÚ ESPECIAL FIN DE CURSO

ENSALADA VARIADA
MIXED SALAD

HAMBURGUESA COMPLETA
COMPLETE HAMBURGER

HELADO
ICE CREAM

23 768 Kcal. P.: 12 HC.: 45 L.: 42 G.: 11

ARROZ CON TOMATE
RICE WITH TOMATO SAUCE

ESCALOPINES MARSALA
PORK LOIN WITH MARSALA SAUCE

ENSALADA VERDE
GREEN SALAD

FRUTA
FRUIT

24 709 Kcal. P.: 23 HC.: 34 L.: 40 G.: 9

CREMA DE GUISANTES
PEA SOUP

POLLO ASADO CON SALSA BARBACOA
ROAST CHICKEN WITH BARBECUE SAUCE

PATATA GAJO
POTATOES

FRUTA
FRUIT

25 629 Kcal. P.: 17 HC.: 51 L.: 29 G.: 5

CODITOS CON TOMATE Y QUESO
PASTA WITH TOMATO SAUCE AND CHEESE

FILETE DE MERLUZA AL HORNO CON SALSA MERY
BAKED HAKE FILLET WITH MERY SAUCE

TOMATE Y MAÍZ
TOMATO AND SWEETCORN

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.

