

LUNES

MARTES

MIÉRCOLES

JUEVES

VIERNES

5

4

1

578 Kcal. P.: 19 HC.: 59 L.: 19 G.: 4

JORNADA FISH REVOLUTION
ARROZ MAR Y MONTAÑA CON MAGRO Y CHORIZO DE MAR

SEA AND MOUNTAIN RICE WITH PORK AND SEA CHORIZO

MERLUZA REBOZADA SOBRE PISTO ESPECIALIZADO
BATTERED HAKE ON SPICY PISTO

FRUTA
FRUIT

2

627 Kcal. P.: 25 HC.: 28 L.: 45 G.: 12

SOPA CASTELLANA CON VIRUTAS DE JAMÓN
CASTILIAN SOUP WITH HAM

POLLO AL HORNO CON SALSA GRIEGA
CHICKEN IN GREEK SAUCE

LECHUGA Y CEBOLLA
LETTUCE AND ONION

FRUTA
FRUIT

3

556 Kcal. P.: 15 HC.: 45 L.: 38 G.: 11

CREMA DE CALABAZA Y ZANAHORIA CON PICATOSTES
PUMPKIN AND CARROTS CREAM WITH CROUTONS

LASAÑA DE CARNE CON QUESO PARMESANO GRATINADO

MEAT LASAGNA WITH CHEESE AU GRATIN

YOGUR
YOGHURT

6

FESTIVO

7

NO LECTIVO

8

FESTIVO

9

765 Kcal. P.: 12 HC.: 47 L.: 36 G.: 5

LENTEJAS A LA JARDINERA
VEGETABLE LENTILS

CROQUETAS ARTESANAS DE JAMÓN
HAM CROQUETTES

MAÍZ Y ZANAHORIA RALLADA
SWEETCORN AND GRATED CARROTS

FRUTA
FRUIT

10

689 Kcal. P.: 13 HC.: 49 L.: 36 G.: 7

PAELLA DE VERDURAS
PAELLA WITH VEGETABLES

TORTILLA DE ATÚN
TUNA OMELETTE

ENSALADA DE LECHUGA, MAÍZ Y PEPINO
LETTUCE, CUCUMBER AND SWEETCORN SALAD

FRUTA
FRUIT

13

656 Kcal. P.: 27 HC.: 28 L.: 42 G.: 12

BRÓCOLI GRATINADO CON QUESO EDAM
BROCCOLI GRATIN WITH EDAM CHEESE

POLLO A LA HORTELANA
VEGETABLE CHICKEN

LECHUGA Y MAÍZ
LETTUCE AND SWEETCORN

FRUTA
FRUIT

14

758 Kcal. P.: 15 HC.: 37 L.: 42 G.: 8

ALUBIAS BLANCAS GUIADAS CON ZANAHORIA
HARICOT BEANS AND CARROT STEW

TORTILLA DE PATATAS
SPANISH OMELETTE

LECHUGA Y TOMATE
LETTUCE AND TOMATO

FRUTA
FRUIT

15

850 Kcal. P.: 15 HC.: 43 L.: 41 G.: 14

MAR BÁLTICO: FINLANDIA
MAKARONILAATIKKO (CAZUELA DE MACARRONES)
MAKARONILAATIKKO (MACARONI CASSEROLE)

LIHAPULLAT (ALBÓNDIGAS FINLANDESAS)
LIHAPULLAT (FINNISH MEATBALLS)

GELATINA DE FREÑA
STRAWBERRY GELATIN

16

638 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

17

800 Kcal. P.: 14 HC.: 47 L.: 38 G.: 7

ARROZ CALDOSO
RICE AND VEGETABLE STEW

BOQUERÓN ANDALUZA (ENHARINADO Y FRITO)
ANDALUSIAN STYLE ANCHOVY

TOMATE Y OLIVAS
TOMATO AND OLIVES

FRUTA
FRUIT

20

584 Kcal. P.: 19 HC.: 43 L.: 33 G.: 7

LENTEJAS CASERAS ESTOFADAS CON CHORIZO Y VERDURITAS
HOMEMADE LENTIL AND CHORIZO STEW

HUEVOS CON PISTO EXTREMEÑO
EGGS WITH RATATOUILLE

FRUTA
FRUIT

21

619 Kcal. P.: 15 HC.: 58 L.: 24 G.: 4

ARROZ CON TOMATE Y ORÉGANO
RICE WITH TOMATO SAUCE Y OREGANO

MERLUZA EN SALSA VERDE
HAKE IN GREEN SAUCE

ENSALADA CON BROTES DE JUDIA
MUNG BEAN SPROUT SALAD

FRUTA
FRUIT

22

731 Kcal. P.: 20 HC.: 47 L.: 32 G.: 12

MENU ESPECIAL DE NAVIDAD

SOPA DE NAVIDAD
CHRISTMAS SOUP

HAMBURGUESA COMPLETA
COMPLETE HAMBURGER

NATILLAS DE CHOCOLATE
CHOCOLATE CUSTARD CREAM

23

24

25

26

27

28

29



¡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.

