

LUNES

MARTES

MIÉRCOLES

JUEVES

VIERNES

3

FESTIVO

4

NO LECTIVO

5

804 Kcal. P.: 9 HC.: 51 L.: 37 G.: 5

FIDEUA CON VERDURITAS
VEGETABLE FIDEUA
CROQUETAS ARTESANAS DE JAMÓN
HAM CROQUETTES
ENSALADA CON BROTES DE DE JUDIA Y ZANAHORIA
MUNG BEAN SPROUT AND CARROTS SALAD

FRUTA
FRUIT

6

616 Kcal. P.: 21 HC.: 41 L.: 31 G.: 6

ALUBIAS BLANCAS (ECOLÓGICO) CON VERDURAS
HARICOT BEANS (ECOLOGICAL) WITH VEGETABLES
HAMBURGUESA DE POLLO
CHICKEN BURGHER
LECHUGA Y TOMATE
LETTUCE AND TOMATO

FRUTA
FRUIT

7

774 Kcal. P.: 12 HC.: 48 L.: 39 G.: 12

ARROZ CON TOMATE Y ORÉGANO
RICE WITH TOMATO SAUCE Y OREGANO
HUEVOS CON BECHAMEL
EGGS WITH BECHAMEL SAUCE
ENSALADA VERDE
GREEN SALAD
HELADO
ICE CREAM

10

793 Kcal. P.: 15 HC.: 35 L.: 46 G.: 7

CURRY SUAVE DE LENTEJAS ESTOFADAS
LENTIL CURRY
TORTILLA DE PATATAS
SPANISH OMELETTE
LECHUGA Y PEPINO
LETTUCE AND CUCUMBER

FRUTA
FRUIT

11

750 Kcal. P.: 19 HC.: 49 L.: 30 G.: 5

MACARRONES CON CREMOSA DE ALBAHACA
MACARONI WITH CREAMY BASIL SAUCE
PALOMETA CON AJITOS Y CEBOLLA EN SALSA DE TOMATE
OVEN-COOKED BREAD WITH TOMATO SAUCE, GARLIC AND ONIONS

LECHUGA Y MAÍZ
LETTUCE AND SWEETCORN
GELATINA
JELLY

12

534 Kcal. P.: 25 HC.: 38 L.: 33 G.: 8

JUDÍAS VERDES REHOGADAS
GREEN BEANS WITH OLIVE OIL
CERDO AGRIDULCE AL ESTILO CHINO
CHINESE STYLE SWEET AND SOUR PORK

PATATAS DADO
DICED POTATOES

FRUTA
FRUIT

13

728 Kcal. P.: 18 HC.: 53 L.: 25 G.: 8

SOPA DE COCIDO
TRADITIONAL SPANISH 'COCIDO' STEW WITH CHICKEN AND VEGETABLES
COCIDO COMPLETO CON GARBANZOS, MORCILLO, POLLO, PATATA Y REPOLLO
CHICKPEAS, MEAT, CHICKEN, POTATO & CABBAGE STEW

FRUTA
FRUIT

14

784 Kcal. P.: 23 HC.: 38 L.: 38 G.: 11

JORNADA GASTRONÓMICA DÍA INTERNACIONAL DE LA FAMILIA
ARROZ EN PAELLA CON VERDURAS
PAELLA WITH VEGETABLES
CONTRAMUSLO DE POLLO ASADO CON ROMERO FRESCO
ROAST CHICKEN WITH ROSEMARY

ENSALADA VERDE
GREEN SALAD
YOGUR
YOGHURT

17

695 Kcal. P.: 21 HC.: 45 L.: 32 G.: 8

TALLARINES CON TOMATE Y QUESO
TAGLIATELLE WITH TOMATO AND CHEESE
WOK DE POLLO CON VERDURAS Y SALSA DE SOJA
CHICKEN AND VEGETABLE WOK & SOY SAUCE

FRUTA
FRUIT

18

771 Kcal. P.: 11 HC.: 39 L.: 47 G.: 11

GUISANTES CON JAMÓN
PEAS WITH HAM
EMPANADILLAS DE ATÚN
TUNA PASTIES

LECHUGA Y ZANAHORIA RALLADA
LETTUCE AND SHREDDED CARROT

NATILLAS
CUSTARD CREAM

19

649 Kcal. P.: 12 HC.: 31 L.: 55 G.: 16

CREMA DE CALABACÍN
CREAM OF COURGETTE SOUP
SALCHICHAS FRESCAS AL HORNO
BAKED FRESH SAUSAGES

PATATAS FRITAS
FRENCH FRIES

FRUTA
FRUIT

20

700 Kcal. P.: 16 HC.: 47 L.: 35 G.: 5

ENSALADA DE ARROZ (CON JAMÓN YORK, ATÚN, ACEITUNAS Y MAÍZ)
RICE SALAD WITH COOKED HAM, TUNA, OLIVES AND SWEET CORN

TEMPURA CRUJIENTE DE ABADEJO
CRISPY TEMPURA OF POLLOCK

ENSALADA DE LECHUGA Y TOMATE
LETTUCE AND TOMATO SALAD

FRUTA
FRUIT

21

801 Kcal. P.: 21 HC.: 28 L.: 50 G.: 15

JORNADA GRIEGA
PASTEL DE PATATA Y BERENJENA GRATEN
POTATOES PIE AND GRILLED AUBERGINE

POLLO CON SALSA GRIEGA
CHICKEN IN GREEK SAUCE

ENSALADA DE PEPINO
CUCUMBER SALAD

HELADO
ICE CREAM

24

638 Kcal. P.: 16 HC.: 25 L.: 57 G.: 19

SOPA MINISTRONE
MINISTRONE SOUP
CHULETA DE SAJONIA
SAJONIA CHOP
LECHUGA, TOMATE Y MAÍZ
LETTUCE, TOMATO AND SWEETCORN

FRUTA
FRUIT

25

630 Kcal. P.: 18 HC.: 42 L.: 38 G.: 10

PISTO
RATATOUILLE
ALBÓNDIGAS EN SALSA
MEATBALLS WITH SAUCE

ARROZ BLANCO
WHITE RICE

GELATINA
JELLY

26

725 Kcal. P.: 21 HC.: 40 L.: 35 G.: 6

JORNADA FISH REVOLUTION

LENTEJAS DE MAR
SEA LENTILS
BOQUERON ANDALUZA CON CAPONATA DE VERDURAS
ANDALUSIAN STYLE ANCHOVY WITH VEGETABLE "CAPONATA"

FRUTA
FRUIT

27

692 Kcal. P.: 20 HC.: 44 L.: 33 G.: 8

ARROZ CANTONES CON TORTILLA, ZANAHORIA Y GUISANTES
CANTONESE RICE WITH OMELETTE, CARROT AND PEAS

PECHUGA DE POLLO EN DISFRAZ DE PIZZA
CHICKEN BREAST IN PIZZA COSTUME

TOMATE Y OLIVAS
TOMATO AND OLIVES

FRUTA
FRUIT

28

985 Kcal. P.: 15 HC.: 32 L.: 52 G.: 12

ENSALADA DE PASTA (ZANAHORIA, MAIZ Y ACEITUNA VERDE)
PASTA SALAD (CARROTS, CORN AND OLIVE GREEN)

HAMBURGUESA DE TERNERA CON CREMA DE QUESO
GRILLED VEAL HAMBURGER WITH CHEESE CREAM

PATATA GAJO
POTATOES

YOGUR
YOGHURT

31

512 Kcal. P.: 16 HC.: 38 L.: 43 G.: 9

CREMA DE CALABAZA Y ZANAHORIA
PUMPKIN AND CARROTS CREAM
BROCHETA DE POLLO MARINADA CON MOSTAZA, YOGUR Y ENELDO
SKEWERED CHICKEN WITH MUSTARD MARINADE, YOGURT AND DILL

ENSALADA DE LECHUGA Y TOMATE
LETTUCE AND TOMATO SALAD

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.

