

LUNES

MARTES

MIÉRCOLES

JUEVES

VIERNES

4

5

6

1

2

5

6

7

8

9

12

13

14

15

16

19

20

21

22

23

26

27

28

29

PASTA CON QUESO
PALOMETA CON PISTO DE VERDURAS FRUTA Y PAN
Pasta with cheese
Fish with tomato and vegetables
Fruit and bread
 KCAL 722 PROT 33 g HC 88 g LIP 25 g

ARROZ CON TOMATE
SALCHICHAS DE PAVO AL HORNO C/ENSALADA FRUTA Y PAN
Rice with tomato
Turkey sausage with salad
Fruit and bread
 KCAL 667 PROT 38 g HC 71 g LIP 24 g

CREMA DE CALABAZA
LACÓN A LA GALLEGA CON PATATA VAPOR FRUTA Y PAN
Pumpkin cream
Hake in sauce with carrots
Backed ham with potatoes
 KCAL 671 PROT 34 g HC 92 g LIP 17 g

LENTEJAS GUISADAS CON VERDURAS MERLUZA REBOZADA CON ENSALADA FRUTA Y PAN
Stewed lentils with vegetables
Fried hake with salad
Fruit and bread
 KCAL 763 PROT 26 g HC 88 g LIP 36 g

JUDÍAS BLANCAS GUISADAS CON CHORIZO HUEVOS VILLARROY CON ENSALADA FRUTA Y PAN
Stewed white beans with chorizo
Villarroy egg with salad
Fruit and bread
 KCAL 747 PROT 28 g HC 85 g LIP 28 g

LENTEJAS GUISADAS
TORTILLA FRANCESA CON ENSALADA FRUTA Y PAN
Stewed lentils
French omelette with salad
Fruit and bread
 KCAL 870 PROT 26 g HC 89 g LIP 33 g

ALUBIAS BLANCAS ESTOFADAS CON VERDURAS FILETE DE POLLO AL LIMÓN CON ENSALADA FRUTA Y PAN
White beans with vegetables
Lemon chicken with salad
Fruit and bread
 KCAL 747 PROT 28 g HC 85 g LIP 28 g

FIDEUA DE VERDURAS
CINTA DE LOMO AL HORNO CON ENSALADA FRUTA Y PAN
Vegetables fideua
Baked pork with salad
Fruit and bread
 KCAL 776 PROT 24 g HC 61 g LIP 47 g

ARROZ CON VERDURAS
MERLUZA A LA NARANJA CON PATATA VAPOR FRUTA Y PAN
Rice with vegetables
Hake in orange sauce with potatoes
Fruit and bread
 KCAL 675 PROT 39 g HC 54 g LIP 31 g

PASTA INTEGRAL CON TOMATE Y QUESO
ABADEJO ENCEBOLLADO CON GUISANTES FRUTA Y PAN
Grain pasta with tomato and cheese
Fish with onion and peas
Fruit and bread
 KCAL 798 PROT 31 g HC 63 g LIP 43 g

MENÚ MEXICANO
ARROZ A LA MEXICANA HUEVOS RANCHEROS CON ENSALADA FRUTA Y PAN
Mexican rice
Ranchero eggs with salad
Fruit and bread
 KCAL 746 PROT 34 g HC 104 g LIP 21 g

SOPA DE AVE CON FIDEOS
POLLO ASADO EN SALSA CON PATATAS FRUTA Y PAN
Chicken soup
Roasted chicken with fries
Fruit and bread
 KCAL 776 PROT 24 g HC 61 g LIP 47 g

LENTEJAS GUISADAS CON VERDURAS
FILETE DE POLLO AL AJILLO CON ENSALADA FRUTA Y PAN
Stewed lentils with vegetables
Chicken with salad
Fruit and bread
 KCAL 770 PROT 47 g HC 66 g LIP 32 g

JUDÍAS VERDES REHOGADAS CON BACON CINTA DE LOMO AL AJILLO CON ENSALADA FRUTA Y PAN
Green beans with garlic
Baked pork with salad
Fruit and bread
 KCAL 690 PROT 35 g HC 76 g LIP 24 g

NO LECTIVO

SOPA DE COCIDO CON FIDEOS
COCIDO COMPLETO
 garbanzos , tocino, morcillo y chorizo
Cocido soup
chickpeas, bacon, veal, and chorizo
Fruit and bread
 KCAL 690 PROT 35 g HC 76 g LIP 24 g

JUDÍAS VERDES REHOGADAS
ALBÓNDIGAS MIXTAS (burger meat)EN SALSA CON PATATAS FRUTA Y PAN
Green beans with garlic
Meatballs in sauce with fries
Fruit and bread
 KCAL 776 PROT 24 g HC 61 g LIP 47 g

PURÉ DE VERDURAS DE LA HUERTA
BACALAO REBOZADO CON ENSALADA POSTRE LACTEO Y PAN
Vegetables puree
Fried cod with salad
Dairy dessert and bread
 KCAL 725 PROT 34 g HC 65 g LIP 38 g

SOPA DE COCIDO CON FIDEOS
COCIDO COMPLETO
 garbanzos , tocino, morcillo y chorizo
POSTRE LACTEO Y PAN
Cocido soup
chickpeas, bacon, veal, and chorizo
Dairy dessert and bread
 KCAL 738 PROT 38 g HC 82 g LIP 26 g

NO LECTIVO

PANACHE DE VERDURAS
BACALAO REBOZADO CON ENSALADA POSTRE LACTEO Y PAN
Vegetables stew
Fried cod with salad
Dairy dessert and bread
 KCAL 738 PROT 38 g HC 82 g LIP 26 g



LUNES

MARTES

MIÉRCOLES

JUEVES

VIERNES

4

5

6

1

2

5

6

7

8

9

12

13

14

15

16

19

20

21

22

23

26

27

28

29

PASTA (s/gluten ni huevo)
EN SALSA ZANAHORIA C/CHAMPIÑÓN
PALOMETA CON TOMATE
Y VERDURAS ASADAS
FRUTA Y PAN SIN GLUTEN

JUDÍAS BLANCAS GUIADAS
CON VERDURAS
TORTILLA DE PATATA
CON ENSALADA
FRUTA Y PAN SIN GLUTEN

ARROZ CON VERDURAS
MERLUZA A LA JARDINERA
CON PATATA VAPOR
FRUTA Y PAN SIN GLUTEN

LENTEJAS GUIADAS
CON VERDURAS
FILETE DE POLLO AL AJILLO
CON ENSALADA
FRUTA Y PAN SIN GLUTEN

PURÉ DE VERDURAS
DE LA HUERTA
MERLUZA REBOZADA
S/GLUTEN C/ENSALADA
POSTRE LACTEO Y PAN S/GLUTEN

KCAL 722 PROT 33 g HC 88 g LIP 25 g

KCAL 747 PROT 28 g HC 85 g LIP 28 g

KCAL 675 PROT 39 g HC 54 g LIP 31 g

KCAL 770 PROT 47 g HC 66 g LIP 32 g

KCAL 725 PROT 34 g HC 65 g LIP 38 g

ARROZ CON TOMATE
SALCHICHAS DE PAVO AL
HORNO C/ENSALADA
FRUTA Y PAN SIN GLUTEN

LENTEJAS GUIADAS
CON VERDURAS
TORTILLA FRANCESA
CON ENSALADA
FRUTA Y PAN SIN GLUTEN

PASTA (s/gluten ni huevo)
C/SALSA DE TOMATE Y ALBAHACA
ABADEJO ENCEBOLLADO
CON CALABACÍN
FRUTA Y PAN SIN GLUTEN

JUDÍAS VERDES REHOGADAS
C/PATATA Y ZANAHORIA
CINTA DE LOMO AL AJILLO
CON ENSALADA
FRUTA Y PAN SIN GLUTEN

SOPA DE AVE
C/FIDEOS (s/gluten ni huevo)
COCIDO COMPLETO
garbanzos , tocino, morcillo y chorizo
POSTRE LACTEO Y PAN S/GLUTEN

KCAL 690 PROT 35 g HC 76 g LIP 24 g

KCAL 738 PROT 38 g HC 82 g LIP 26 g

NO LECTIVO

NO LECTIVO

KCAL 667 PROT 38 g HC 71 g LIP 24 g

KCAL 870 PROT 26 g HC 89 g LIP 33 g

KCAL 798 PROT 31 g HC 63 g LIP 43 g

CREMA DE CALABAZA
LACÓN A LA GALLEGA
CON PATATA VAPOR
FRUTA Y PAN SIN GLUTEN

ALUBIAS BLANCAS ESTOFADAS
CON VERDURAS
FILETE DE POLLO EN ADOBO
CON ENSALADA
FRUTA Y PAN SIN GLUTEN

ARROZ CON VERDURA WOK
TORTILLA FRANCESA
CON ENSALADA
FRUTA Y PAN SIN GLUTEN

SOPA DE AVE
C/FIDEOS (s/gluten ni huevo)
COCIDO COMPLETO
garbanzos , tocino, morcillo y chorizo
FRUTA Y PAN SIN GLUTEN

PANACHE DE VERDURAS
MERLUZA AL PIL PIL
CON ZANAHORIA BABY
POSTRE LACTEO Y PAN S/GLUTEN

KCAL 671 PROT 34 g HC 92 g LIP 17 g

KCAL 747 PROT 28 g HC 85 g LIP 28 g

KCAL 746 PROT 34 g HC 104 g LIP 21 g

KCAL 690 PROT 35 g HC 76 g LIP 24 g

KCAL 738 PROT 38 g HC 82 g LIP 26 g

LENTEJAS GUIADAS
CON VERDURAS
MERLUZA REBOZADA
S/GLUTEN C/ENSALADA
FRUTA Y PAN SIN GLUTEN

PASTA (s/gluten ni huevo)
EN SALSA PROVENZAL
CINTA DE LOMO AL HORNO
CON ENSALADA
FRUTA Y PAN SIN GLUTEN

SOPA DE AVE
C/FIDEOS (s/gluten ni huevo)
POLLO ASADO EN SALSA
CON PATATAS
FRUTA Y PAN SIN GLUTEN

JUDIAS VERDES REHOGADAS
HAMBURGUESA DE TERNERA (burguer
meat)EN SALSA CON PATATAS
FRUTA Y PAN SIN GLUTEN

KCAL 763 PROT 26 g HC 88 g LIP 36 g

KCAL776 PROT 24 g HC 61 g LIP 47 g

KCAL776 PROT 24 g HC 61 g LIP 47 g

KCAL776 PROT 24 g HC 61 g LIP 47 g



LUNES

MARTES

MIÉRCOLES

JUEVES

VIERNES

1

2

3

4

5



LENTEJAS GUIADAS
CON VERDURAS
FILETE DE POLLO AL AJILLO
CON ENSALADA
FRUTA Y PAN

PURÉ DE VERDURAS
DE LA HUERTA
BACALAO REBOZADO
CON ENSALADA
POSTRE SOJA Y PAN

KCAL 770 PROT 47 g HC 66 g LIP 32 g

KCAL 725 PROT 34 g HC 65 g LIP 38 g

5

PASTA EN SALSA ZANAHORIA
CON CHAMPINON
PALOMETA CON PISTO
DE VERDURAS
FRUTA Y PAN

6

JUDÍAS BLANCAS GUIADAS
CON CHORIZO
TORTILLA DE PATATA
CON ENSALADA
FRUTA Y PAN

7

ARROZ CON VERDURAS
MERLUZA A LA NARANJA
CON PATATA VAPOR
FRUTA Y PAN

8

JUDÍAS VERDES REHOGADAS
CON BACON
CINTA DE LOMO AL AJILLO
CON ENSALADA
FRUTA Y PAN

9

SOPA DE COCIDO
CON FIDEOS
COCIDO COMPLETO
garbanzos , tocino, morcillo y chorizo
POSTRE SOJA Y PAN

KCAL 722 PROT 33 g HC 88 g LIP 25 g

KCAL 747 PROT 28 g HC 85 g LIP 28 g

KCAL 675 PROT 39 g HC 54 g LIP 31 g

KCAL 690 PROT 35 g HC 76 g LIP 24 g

KCAL 738 PROT 38 g HC 82 g LIP 26 g

12

ARROZ CON TOMATE
SALCHICHAS DE PAVO AL
HORNO C/ENSALADA
FRUTA Y PAN

13

LENTEJAS GUIADAS
TORTILLA FRANCESA
CON ENSALADA
FRUTA Y PAN

14

PASTA EN SALSA DE TOMATE
Y ALBAHACA

15

NO LECTIVO

16

NO LECTIVO

KCAL 667 PROT 38 g HC 71 g LIP 24 g

KCAL 870 PROT 26 g HC 89 g LIP 33 g

KCAL 798 PROT 31 g HC 63 g LIP 43 g

19

CREMA DE CALABAZA
LACÓN A LA GALLEGA
CON PATATA VAPOR
FRUTA Y PAN

20

ALUBIAS BLANCAS ESTOFADAS
CON VERDURAS
FILETE DE POLLO AL LIMON
CON ENSALADA
FRUTA Y PAN

21

MENÚ MEXICANO
ARROZ A LA MEXICANA
HUEVOS RANCHEROS
CON ENSALADA
FRUTA Y PAN

22

SOPA DE COCIDO
CON FIDEOS
COCIDO COMPLETO
garbanzos , tocino, morcillo y chorizo
FRUTA Y PAN

23

PANACHE DE VERDURAS
BACALAO REBOZADO
CON ENSALADA
POSTRE SOJA Y PAN

KCAL 671 PROT 34 g HC 92 g LIP 17 g

KCAL 747 PROT 28 g HC 85 g LIP 28 g

KCAL 746 PROT 34 g HC 104 g LIP 21 g

KCAL 690 PROT 35 g HC 76 g LIP 24 g

KCAL 738 PROT 38 g HC 82 g LIP 26 g

26

LENTEJAS GUIADAS
CON VERDURAS
BACALAO REBOZADO
CON ENSALADA
FRUTA Y PAN

27

FIDEUA DE VERDURAS
CINTA DE LOMO AL HORNO
CON ENSALADA
FRUTA Y PAN

28

SOPA DE AVE CON
FIDEOS
POLLO ASADO EN SALSA
CON PATATAS
FRUTA Y PAN

29

JUDIAS VERDES REHOGADAS
ALBÓNDIGAS MIXTAS (burger
meat)EN SALSA CON PATATAS
FRUTA Y PAN

KCAL 763 PROT 26 g HC 88 g LIP 36 g

KCAL776 PROT 24 g HC 61 g LIP 47 g

KCAL776 PROT 24 g HC 61 g LIP 47 g

KCAL776 PROT 24 g HC 61 g LIP 47 g



LUNES

MARTES

MIÉRCOLES

JUEVES

VIERNES

1

2

3

4

5

LENTEJAS GUIADAS
CON VERDURAS
FILETE DE POLLO AL AJILLO
CON ENSALADA
FRUTA Y PAN

PURÉ DE VERDURAS
DE LA HUERTA
BACALAO REBOZADO
CON ENSALADA
POSTRE SOJA Y PAN

KCAL 770 PROT 47 g HC 66 g LIP 32 g

KCAL 725 PROT 34 g HC 65 g LIP 38 g

5

PASTA EN SALSA ZANAHORIA
CON CHAMPINON
PALOMETA CON PISTO
DE VERDURAS
FRUTA Y PAN

6

JUDÍAS BLANCAS GUIADAS
CON CHORIZO
TORTILLA DE PATATA
CON ENSALADA
FRUTA Y PAN

7

ARROZ CON VERDURAS
MERLUZA A LA NARANJA
CON PATATA VAPOR
FRUTA Y PAN

8

JUDÍAS VERDES REHOGADAS
CON BACON
CINTA DE LOMO AL AJILLO
CON ENSALADA
FRUTA Y PAN

9

SOPA DE COCIDO
CON FIDEOS
COCIDO COMPLETO
garbanzos , tocino, morcillo y chorizo
POSTRE SOJA Y PAN

KCAL 722 PROT 33 g HC 88 g LIP 25 g

KCAL 747 PROT 28 g HC 85 g LIP 28 g

KCAL 675 PROT 39 g HC 54 g LIP 31 g

KCAL 690 PROT 35 g HC 76 g LIP 24 g

KCAL 738 PROT 38 g HC 82 g LIP 26 g

12

ARROZ CON TOMATE
SALCHICHAS DE PAVO AL
HORNO C/ENSALADA
FRUTA Y PAN

13

LENTEJAS GUIADAS
TORTILLA FRANCESA
CON ENSALADA
FRUTA Y PAN

14

PASTA EN SALSA DE TOMATE
Y ALBAHACA

15

NO LECTIVO

16

NO LECTIVO

KCAL 667 PROT 38 g HC 71 g LIP 24 g

KCAL 870 PROT 26 g HC 89 g LIP 33 g

KCAL 798 PROT 31 g HC 63 g LIP 43 g

19

CREMA DE CALABAZA
LACÓN A LA GALLEGA
CON PATATA VAPOR
FRUTA Y PAN

20

ALUBIAS BLANCAS ESTOFADAS
CON VERDURAS
FILETE DE POLLO AL LIMON
CON ENSALADA
FRUTA Y PAN

21

MENÚ MEXICANO
ARROZ A LA MEXICANA
HUEVOS RANCHEROS
CON ENSALADA
FRUTA Y PAN

22

SOPA DE COCIDO
CON FIDEOS
COCIDO COMPLETO
garbanzos , tocino, morcillo y chorizo
FRUTA Y PAN

23

PANACHE DE VERDURAS
BACALAO REBOZADO
CON ENSALADA
POSTRE SOJA Y PAN

KCAL 671 PROT 34 g HC 92 g LIP 17 g

KCAL 747 PROT 28 g HC 85 g LIP 28 g

KCAL 746 PROT 34 g HC 104 g LIP 21 g

KCAL 690 PROT 35 g HC 76 g LIP 24 g

KCAL 738 PROT 38 g HC 82 g LIP 26 g

26

LENTEJAS GUIADAS
CON VERDURAS
BACALAO REBOZADO
CON ENSALADA
FRUTA Y PAN

27

FIDEUA DE VERDURAS
CINTA DE LOMO AL HORNO
CON ENSALADA
FRUTA Y PAN

28

SOPA DE AVE CON
FIDEOS
POLLO ASADO EN SALSA
CON PATATAS
FRUTA Y PAN

29

JUDIAS VERDES REHOGADAS
ALBÓNDIGAS MIXTAS (burger
meat)EN SALSA CON PATATAS
FRUTA Y PAN

KCAL 763 PROT 26 g HC 88 g LIP 36 g

KCAL776 PROT 24 g HC 61 g LIP 47 g

KCAL776 PROT 24 g HC 61 g LIP 47 g

KCAL776 PROT 24 g HC 61 g LIP 47 g



LUNES

MARTES

MIÉRCOLES

JUEVES

VIERNES

1

2

3

4

5

5

6

7

8

9

PASTA (s/gluten ni huevo)
EN SALSA ZANAHORIA C/CHAMPIÑON
PALOMETA CON PISTO
DE VERDURAS
FRUTA Y PAN

JUDÍAS BLANCAS GUIADAS
CON CHORIZO
FILETE DE POLLO MARINADO
CON ENSALADA
FRUTA Y PAN

ARROZ CON VERDURAS
MERLUZA A LA NARANJA
CON PATATA VAPOR
FRUTA Y PAN

LENTEJAS GUIADAS
CON VERDURAS
FILETE DE POLLO AL AJILLO
CON ENSALADA
FRUTA Y PAN

PURÉ DE VERDURAS
DE LA HUERTA
BACALAO REBOZADO
CON ENSALADA
POSTRE LACTEO Y PAN

KCAL 770 PROT 47 g HC 66 g LIP 32 g

KCAL 725 PROT 34 g HC 65 g LIP 38 g

JUDÍAS VERDES REHOGADAS
CON BACON
CINTA DE LOMO AL AJILLO
CON ENSALADA
FRUTA Y PAN

SOPA DE AVE
C/FIDEOS (s/gluten ni huevo)
COCIDO COMPLETO
garbanzos , tocino, morcillo y chorizo
POSTRE LACTEO Y PAN

KCAL 722 PROT 33 g HC 88 g LIP 25 g

KCAL 747 PROT 28 g HC 85 g LIP 28 g

KCAL 675 PROT 39 g HC 54 g LIP 31 g

KCAL 690 PROT 35 g HC 76 g LIP 24 g

KCAL 738 PROT 38 g HC 82 g LIP 26 g

12

13

14

15

16

ARROZ CON TOMATE
SALCHICHAS DE PAVO AL
HORNO C/ENSALADA
FRUTA Y PAN

LENTEJAS GUIADAS
LACÓN A LA GALLEGA
CON ENSALADA
FRUTA Y PAN

PASTA (s/gluten ni huevo)
C/SALSA DE TOMATE Y ALBAHACA
ABADEJO ENCEBOLLADO
CON GUIANTES
FRUTA Y PAN

NO LECTIVO

NO LECTIVO

KCAL 667 PROT 38 g HC 71 g LIP 24 g

KCAL 870 PROT 26 g HC 89 g LIP 33 g

KCAL 798 PROT 31 g HC 63 g LIP 43 g

19

20

21

22

23

CREMA DE CALABAZA
LACÓN A LA GALLEGA
CON PATATA VAPOR
FRUTA Y PAN

ALUBIAS BLANCAS ESTOFADAS
CON VERDURAS
FILETE DE POLLO AL LIMON
CON ENSALADA
FRUTA Y PAN

MENÚ MEXICANO
ARROZ A LA MEXICANA
RAGÚ DE PAVO A LA JARDINERA
C/ZANAHORIA Y CALABACIN
FRUTA Y PAN

SOPA DE AVE
C/FIDEOS (s/gluten ni huevo)
COCIDO COMPLETO
garbanzos , tocino, morcillo y chorizo
FRUTA Y PAN

PANACHE DE VERDURAS
BACALAO REBOZADO
CON ENSALADA
POSTRE LACTEO Y PAN

KCAL 671 PROT 34 g HC 92 g LIP 17 g

KCAL 747 PROT 28 g HC 85 g LIP 28 g

KCAL 746 PROT 34 g HC 104 g LIP 21 g

KCAL 690 PROT 35 g HC 76 g LIP 24 g

KCAL 738 PROT 38 g HC 82 g LIP 26 g

26

27

28

29

LENTEJAS GUIADAS
CON VERDURAS
BACALAO REBOZADO
CON ENSALADA
FRUTA Y PAN

PASTA (s/gluten ni huevo)
EN SALSA PROVENZAL
CINTA DE LOMO AL HORNO
CON ENSALADA
FRUTA Y PAN

SOPA DE AVE
C/FIDEOS (s/gluten ni huevo)
POLLO ASADO EN SALSA
CON PATATAS
FRUTA Y PAN

JUDÍAS VERDES REHOGADAS
ALBÓNDIGAS MIXTAS (burger
meat)EN SALSA CON PATATAS
FRUTA Y PAN

KCAL 763 PROT 26 g HC 88 g LIP 36 g

KCAL776 PROT 24 g HC 61 g LIP 47 g

KCAL776 PROT 24 g HC 61 g LIP 47 g

KCAL776 PROT 24 g HC 61 g LIP 47 g



LUNES

MARTES

MIÉRCOLES

JUEVES

VIERNES

1

2

3

4

5

LENTEJAS GUIADAS
CON VERDURAS
FILETE DE POLLO AL AJILLO
CON ENSALADA
FRUTA Y PAN

PURÉ DE VERDURAS
DE LA HUERTA
BACALAO REBOZADO
CON ENSALADA
POSTRE LACTEO Y PAN

KCAL 770 PROT 47 g HC 66 g LIP 32 g

KCAL 725 PROT 34 g HC 65 g LIP 38 g

6

PASTA CON QUESO
MERLUZA AL HORNO
CON ENSALADA
FRUTA Y PAN

7

JUDIÁS BLANCAS GUIADAS
CON CHORIZO
HUEVOS VILLARROY
CON ENSALADA
FRUTA Y PAN

8

ARROZ CON VERDURAS
MERLUZA A LA NARANJA
CON PATATA VAPOR
FRUTA Y PAN

9

JUDIÁS VERDES REHOGADAS
CON PATATA Y ZANAHORIA
CINTA DE LOMO AL AJILLO
CON ENSALADA
FRUTA Y PAN

10

SOPA DE COCIDO
CON FIDEOS
COCIDO COMPLETO
garbanzos , tocino, morcillo y chorizo
POSTRE LACTEO Y PAN

KCAL 722 PROT 33 g HC 88 g LIP 25 g

KCAL 747 PROT 28 g HC 85 g LIP 28 g

KCAL 675 PROT 39 g HC 54 g LIP 31 g

KCAL 690 PROT 35 g HC 76 g LIP 24 g

KCAL 738 PROT 38 g HC 82 g LIP 26 g

11

ARROZ AJILLO
SALCHICHAS DE PAVO AL
HORNO C/ENSALADA
FRUTA Y PAN

12

LENTEJAS GUIADAS
TORTILLA FRANCESA
CON ENSALADA
FRUTA Y PAN

13

PASTA AL AJILLO
ABADEJO ENCEBOLLADO
CON GUISANTES
FRUTA Y PAN

14

NO LECTIVO

15

NO LECTIVO

KCAL 667 PROT 38 g HC 71 g LIP 24 g

KCAL 870 PROT 26 g HC 89 g LIP 33 g

KCAL 798 PROT 31 g HC 63 g LIP 43 g

16

CREMA DE CALABAZA
LACÓN A LA GALLEGA
CON PATATA VAPOR
FRUTA Y PAN

17

ALUBIAS BLANCAS ESTOFADAS
CON VERDURAS
FILETE DE POLLO AL LIMÓN
CON ENSALADA
FRUTA Y PAN

18

ARROZ CON VERDURAS WOK
TORTILLA FRANCESA
CON ENSALADA
FRUTA Y PAN

19

SOPA DE COCIDO
CON FIDEOS
COCIDO COMPLETO
garbanzos , tocino, morcillo y chorizo
FRUTA Y PAN

20

PANACHE DE VERDURAS
MERLUZA AL PIL PIL
CON ZANAHORIA BABY
POSTRE LACTEO Y PAN

KCAL 671 PROT 34 g HC 92 g LIP 17 g

KCAL 747 PROT 28 g HC 85 g LIP 28 g

KCAL 746 PROT 34 g HC 104 g LIP 21 g

KCAL 690 PROT 35 g HC 76 g LIP 24 g

KCAL 738 PROT 38 g HC 82 g LIP 26 g

21

LENTEJAS GUIADAS
CON VERDURAS
MERLUZA REBOZADA
CON ENSALADA
FRUTA Y PAN

22

PASTA AJILLO
CINTA DE LOMO AL HORNO
CON ENSALADA
FRUTA Y PAN

23

SOPA DE AVE CON
FIDEOS
POLLO ASADO EN SALSA
CON PATATAS
FRUTA Y PAN

24

JUDIÁS VERDES REHOGADAS
CON PATATA Y ZANAHORIA
ALBÓNDIGAS MIXTAS (burguer
meat)EN SALSA CON PATATAS
FRUTA Y PAN

KCAL 763 PROT 26 g HC 88 g LIP 36 g

KCAL776 PROT 24 g HC 61 g LIP 47 g

KCAL776 PROT 24 g HC 61 g LIP 47 g

KCAL776 PROT 24 g HC 61 g LIP 47 g



LUNES

MARTES

MIÉRCOLES

JUEVES

VIERNES

4

5

6

1

2



**PASTA CON QUESO
PALOMETA CON PISTO
DE VERDURAS
FRUTA Y PAN**

KCAL 722 PROT 33 g HC 88 g LIP 25 g

6

**JUDÍAS BLANCAS GUIADAS
CON CHORIZO
HUEVOS VILLARROY
CON ENSALADA
FRUTA Y PAN**

KCAL 747 PROT 28 g HC 85 g LIP 28 g

7

**ARROZ CON VERDURAS
MERLUZA A LA NARANJA
CON PATATA VAPOR
FRUTA Y PAN**

KCAL 675 PROT 39 g HC 54 g LIP 31 g

8

**LENTEJAS GUIADAS
CON VERDURAS
FILETE DE POLLO AL AJILLO
CON ENSALADA
FRUTA Y PAN**

KCAL 770 PROT 47 g HC 66 g LIP 32 g

8

**JUDÍAS VERDES REHOGADAS
CON BACON
CINTA DE LOMO AL AJILLO
CON ENSALADA
FRUTA Y PAN**

KCAL 690 PROT 35 g HC 76 g LIP 24 g

9

**PURÉ DE VERDURAS
DE LA HUERTA
BACALAO REBOZADO
CON ENSALADA
POSTRE LACTEO Y PAN**

KCAL 725 PROT 34 g HC 65 g LIP 38 g

9

**SOPA DE COCIDO
CON FIDEOS
COCIDO COMPLETO
garbanzos , tocino, morcillo y chorizo
POSTRE LACTEO Y PAN**

KCAL 738 PROT 38 g HC 82 g LIP 26 g

12

**ARROZ CON TOMATE
SALCHICHAS DE PAVO AL
HORNO C/ENSALADA
FRUTA Y PAN**

KCAL 667 PROT 38 g HC 71 g LIP 24 g

13

**LENTEJAS GUIADAS
TORTILLA FRANCESA
CON ENSALADA
FRUTA Y PAN**

KCAL 870 PROT 26 g HC 89 g LIP 33 g

14

**PASTA INTEGRAL CON TOMATE
Y QUESO
ABADEJO ENCEBOLLADO
CON GUISANTES
FRUTA Y PAN**

KCAL 798 PROT 31 g HC 63 g LIP 43 g

15

NO LECTIVO

16

NO LECTIVO

19

**CREMA DE CALABAZA
LACÓN A LA GALLEGA
CON PATATA VAPOR
FRUTA Y PAN**

KCAL 671 PROT 34 g HC 92 g LIP 17 g

20

**ALUBIAS BLANCAS ESTOFADAS
CON VERDURAS
FILETE DE POLLO AL LIMÓN
CON ENSALADA
FRUTA Y PAN**

KCAL 747 PROT 28 g HC 85 g LIP 28 g

21

**MENÚ MEXICANO
ARROZ A LA MEXICANA
HUEVOS RANCHEROS
CON ENSALADA
FRUTA Y PAN**

KCAL 746 PROT 34 g HC 104 g LIP 21 g

22

**SOPA DE COCIDO
CON FIDEOS
COCIDO COMPLETO
garbanzos , tocino, morcillo y chorizo
FRUTA Y PAN**

KCAL 690 PROT 35 g HC 76 g LIP 24 g

23

**PANACHE DE VERDURAS
MERLUZA AL PIL PIL
CON ZANAHORIA BABY
POSTRE LACTEO Y PAN**

KCAL 738 PROT 38 g HC 82 g LIP 26 g

26

**LENTEJAS GUIADAS
CON VERDURAS
MERLUZA REBOZADA
CON ENSALADA
FRUTA Y PAN**

27

**FIDEUA DE VERDURAS
CINTA DE LOMO AL HORNO
CON ENSALADA
FRUTA Y PAN**

28

**SOPA DE AVE CON
FIDEOS
POLLO ASADO EN SALSA
CON PATATAS
FRUTA Y PAN**

29

**JUDIAS VERDES REHOGADAS
ALBÓNDIGAS MIXTAS (burguer
meat)EN SALSA CON PATATAS
FRUTA Y PAN**



LUNES

MARTES

MIÉRCOLES

JUEVES

VIERNES

4

5

6

1

2

5

6

7

8

9

12

13

14

15

16

19

20

21

22

23

26

27

28

29

PASTA EN SALSA ZANAHORIA
CON CHAMPIÑÓN
COLIFLOR AL AJO ARRIERO
FRUTA Y PAN

KCAL 722 PROT 33 g HC 88 g LIP 25 g

ARROZ CON TOMATE
ACELGAS A LA EXTREMEÑA
FRUTA Y PAN

KCAL 667 PROT 38 g HC 71 g LIP 24 g

CREMA DE CALABAZA
TOFU CON PISTO DE
VERDURAS
FRUTA Y PAN

KCAL 671 PROT 34 g HC 92 g LIP 17 g

LENTEJAS GUIADAS
CON VERDURAS
VERDURA TRICOLOR
FRUTA Y PAN

KCAL 763 PROT 26 g HC 88 g LIP 36 g

JUDÍAS BLANCAS GUIADAS
CON VERDURAS
CREMA DE CALABAZA
FRUTA Y PAN

KCAL 747 PROT 28 g HC 85 g LIP 28 g

LENTEJAS GUIADAS
VERDURA TRICOLOR
FRUTA Y PAN

KCAL 870 PROT 26 g HC 89 g LIP 33g

ALUBIAS BLANCAS ESTOFADAS
CON VERDURAS
COLIFLOR REHOGADA
FRUTA Y PAN

KCAL 747 PROT 28 g HC 85 g LIP 28 g

PASTA EN SALSA PROVENZAL
CREMA DE VERDURAS
DE LA HUERTA
FRUTA Y PAN

KCAL776 PROT 24 g HC 61 g LIP 47 g

ARROZ CON VERDURAS
BROCOLI AL CURRY
FRUTA Y PAN

KCAL 675 PROT 39 g HC 54 g LIP 31 g

PASTA EN SALSA DE TOMATE
Y ALBAHACA
LOMBARDA REHOGADA
FRUTA Y PAN

KCAL 798 PROT 31 g HC 63 g LIP 43 g

ARROZ CON VERDURAS WOK
GUISANTES REHOGADOS
CON ENSALADA
FRUTA Y PAN

KCAL 746 PROT 34 g HC 104 g LIP 21 g

SOPA MINISTRONE
GARBANZOS CON
QUINOA AL CURRY
FRUTA Y PAN

KCAL776 PROT 24 g HC 61 g LIP 47 g

LENTEJAS GUIADAS
CON VERDURAS
VERDURA TRICOLOR
FRUTA Y PAN

KCAL 770 PROT 47 g HC 66 g LIP 32 g

CREMA DE CALABACIN
JUDÍAS VERDES CON
QUINOA
FRUTA Y PAN

KCAL 690 PROT 35 g HC 76 g LIP 24 g

NO LECTIVO

SOPA MINISTRONE
GARBANZOS, PATATA,
ZANAHORIA
FRUTA Y PAN

KCAL 690 PROT 35 g HC 76 g LIP 24 g

CREMA DE CALABAZA
TOFU SALTEADO
CON JUDÍAS VERDES
FRUTA Y PAN

KCAL776 PROT 24 g HC 61 g LIP 47 g

PURÉ DE VERDURAS
DE LA HUERTA
TOFU AL AJILLO
CON ZANAHORIA BABY
POSTRE SOJA Y PAN

KCAL 725 PROT 34 g HC 65 g LIP 38 g

SOPA MINISTRONE
GARBANZOS, PATATA,
ZANAHORIA
POSTRE SOJA Y PAN

KCAL 738 PROT 38 g HC 82 g LIP 26 g

NO LECTIVO

PANACHE DE VERDURAS
ARROZ AL AJILLO
POSTRE SOJA Y PAN

KCAL 738 PROT 38 g HC 82 g LIP 26 g



LUNES

MARTES

MIÉRCOLES

JUEVES

VIERNES

1

2

3

4

5

6

7

8

9

10

11

12

13

14

15

16

17

18

19

20

21

22

23

24

25

PASTA EN SALSA ZANAHORIA
CON CHAMPINON
COLIFLOR AL AJO ARRIERO
FRUTA Y PAN

KCAL 722 PROT 33 g HC 88 g LIP 25 g

ARROZ CON TOMATE
ACELGAS A LA EXTREMEÑA
FRUTA Y PAN

KCAL 667 PROT 38 g HC 71 g LIP 24 g

CREMA DE CALABAZA
TOFU CON PISTO
DE VERDURAS
FRUTA Y PAN

KCAL 671 PROT 34 g HC 92 g LIP 17 g

LENTEJAS GUIADAS
CON VERDURAS
VERDURA TRICOLOR
FRUTA Y PAN

KCAL 763 PROT 26 g HC 88 g LIP 36 g

JUDÍAS BLANCAS GUIADAS
CON VERDURAS
TORTILLA DE PATATA
CON ENSALADA
FRUTA Y PAN

KCAL 747 PROT 28 g HC 85 g LIP 28 g

LENTEJAS GUIADAS
CON VERDURAS
TORTILLA FRANCESA
CON ENSALADA
FRUTA Y PAN

KCAL 870 PROT 26 g HC 89 g LIP 33g

ALUBIAS BLANCAS ESTOFADAS
CON VERDURAS
COLIFLOR REHOGADA
FRUTA Y PAN

KCAL 747 PROT 28 g HC 85 g LIP 28 g

PASTA EN SALSA PROVENZAL
TORTILLA FRANCESA
CON ENSALADA
FRUTA Y PAN

KCAL776 PROT 24 g HC 61 g LIP 47 g

ARROZ CON VERDURAS
BROCOLI AL CURRY
FRUTA Y PAN

KCAL 675 PROT 39 g HC 54 g LIP 31 g

PASTA EN SALSA DE TOMATE
Y ALBAHACA
LOMBARDA REHOGADA
FRUTA Y PAN

KCAL 798 PROT 31 g HC 63 g LIP 43 g

ARROZ CON VERDURA WOK
TORTILLA FRANCESA
CON ENSALADA
FRUTA Y PAN

KCAL 746 PROT 34 g HC 104 g LIP 21 g

SOPA MINISTRONE
GARBANZOS CON
QUINOA AL CURRY
FRUTA Y PAN

KCAL776 PROT 24 g HC 61 g LIP 47 g

LENTEJAS GUIADAS
CON VERDURAS
TORTILLA DE PATATA
CON ENSALADA
FRUTA Y PAN

KCAL 770 PROT 47 g HC 66 g LIP 32 g

CREMA DE CALABACÍN
JUDÍAS VERDES CON
QUINOA
FRUTA Y PAN

KCAL 690 PROT 35 g HC 76 g LIP 24 g

NO LECTIVO

SOPA MINISTRONE
GARBANZOS, PATATA,
ZANAHORIA
FRUTA Y PAN

KCAL 690 PROT 35 g HC 76 g LIP 24 g

CREMA DE CALABAZA
HUEVOS REVUELTOS
CON JUDÍAS VERDES
FRUTA Y PAN

KCAL776 PROT 24 g HC 61 g LIP 47 g

PURÉ DE VERDURAS
DE LA HUERTA
TOFU AL AJILLO
CON ZANAHORIA BABY
POSTRE LACTEO Y PAN

KCAL 725 PROT 34 g HC 65 g LIP 38 g

SOPA MINISTRONE
GARBANZOS, PATATA,
ZANAHORIA
POSTRE LACTEO Y PAN

KCAL 738 PROT 38 g HC 82 g LIP 26 g

NO LECTIVO

PANACHE DE VERDURAS
ARROZ AL AJILLO
POSTRE LACTEO Y PAN

KCAL 738 PROT 38 g HC 82 g LIP 26 g



LUNES

MARTES

MIÉRCOLES

JUEVES

VIERNES

1

2

3

4

5

6

7

8

9

10

11

12

13

14

15

16

17

18

19

20

21

22

23

24

25

KCAL 722 PROT 33 g HC 88 g LIP 25 g

KCAL 747 PROT 28 g HC 85 g LIP 28 g

KCAL 675 PROT 39 g HC 54 g LIP 31 g

KCAL 770 PROT 47 g HC 66 g LIP 32 g

KCAL 725 PROT 34 g HC 65 g LIP 38 g

KCAL 667 PROT 38 g HC 71 g LIP 24 g

KCAL 870 PROT 26 g HC 89 g LIP 33 g

KCAL 798 PROT 31 g HC 63 g LIP 43 g

KCAL 690 PROT 35 g HC 76 g LIP 24 g

KCAL 738 PROT 38 g HC 82 g LIP 26 g

KCAL 671 PROT 34 g HC 92 g LIP 17 g

KCAL 747 PROT 28 g HC 85 g LIP 28 g

KCAL 746 PROT 34 g HC 104 g LIP 21 g

KCAL 690 PROT 35 g HC 76 g LIP 24 g

KCAL 738 PROT 38 g HC 82 g LIP 26 g

KCAL 763 PROT 26 g HC 88 g LIP 36 g

KCAL776 PROT 24 g HC 61 g LIP 47 g

KCAL776 PROT 24 g HC 61 g LIP 47 g

KCAL776 PROT 24 g HC 61 g LIP 47 g

PASTA CON QUESO
MAGRO CON TOMATE
Y VERDURAS ASADAS
FRUTA Y PAN

JUDÍAS BLANCAS GUIADAS
CON CHORIZO
TORTILLA DE PATATA
CON ENSALADA
FRUTA Y PAN

ARROZ CON VERDURAS
RAGÚ DE PAVO A LA JARDINERA
CON PATATA VAPOR
FRUTA Y PAN

LENTEJAS GUIADAS
CON VERDURAS
FILETE DE POLLO AL AJILLO
CON ENSALADA
FRUTA Y PAN

PURÉ DE VERDURAS
DE LA HUERTA
FILETE DE PAVO EN ADOBO
CON ENSALADA
POSTRE LACTEO Y PAN

ARROZ CON TOMATE
SALCHICHAS DE PAVO AL
HORNO C/ENSALADA
FRUTA Y PAN

LENTEJAS GUIADAS
TORTILLA FRANCESA
CON ENSALADA
FRUTA Y PAN

PASTA INTEGRAL CON TOMATE
Y QUESO
FILETE DE POLLO AL AJILLO
CON CALABACÍN
FRUTA Y PAN

NO LECTIVO

NO LECTIVO

CREMA DE CALABAZA
LACÓN A LA GALLEGA
CON PATATA VAPOR
FRUTA Y PAN

ALUBIAS BLANCAS ESTOFADAS
CON VERDURAS
FILETE DE POLLO AL LIMÓN
CON ENSALADA
FRUTA Y PAN

MENÚ MEXICANO
ARROZ A LA MEXICANA
HUEVOS RANCHEROS
CON ENSALADA
FRUTA Y PAN

SOPA DE COCIDO
CON FIDEOS
COCIDO COMPLETO
garbanzos , tocino, morcillo y chorizo
FRUTA Y PAN

PANACHE DE VERDURAS
FILETE DE POLLO AL HORNO
CON ZANAHORIA BABY
POSTRE LACTEO Y PAN

LENTEJAS GUIADAS
CON VERDURAS
FILETE DE PAVO EN ADOBO
CON ENSALADA
FRUTA Y PAN

FIDEUA DE VERDURAS
CINTA DE LOMO AL HORNO
CON ENSALADA
FRUTA Y PAN

SOPA DE AVE CON
FIDEOS
POLLO ASADO EN SALS
A CON PATATAS
FRUTA Y PAN

JUDIAS VERDES REHOGADAS
ALBÓNDIGAS MIXTAS (burger
meat)EN SALS
A CON PATATAS
FRUTA Y PAN



LUNES

MARTES

MIÉRCOLES

JUEVES

VIERNES

1

2

3

4

5

6

7

8

9

10

11

12

13

14

15

16

17

18

19

20

21

22

23

24

25

KCAL 722 PROT 33 g HC 88 g LIP 25 g

KCAL 747 PROT 28 g HC 85 g LIP 28 g

KCAL 675 PROT 39 g HC 54 g LIP 31 g

KCAL 770 PROT 47 g HC 66 g LIP 32 g

KCAL 725 PROT 34 g HC 65 g LIP 38 g

KCAL 667 PROT 38 g HC 71 g LIP 24 g

KCAL 870 PROT 26 g HC 89 g LIP 33 g

KCAL 798 PROT 31 g HC 63 g LIP 43 g

KCAL 690 PROT 35 g HC 76 g LIP 24 g

KCAL 738 PROT 38 g HC 82 g LIP 26 g

KCAL 671 PROT 34 g HC 92 g LIP 17 g

KCAL 747 PROT 28 g HC 85 g LIP 28 g

KCAL 746 PROT 34 g HC 104 g LIP 21 g

KCAL 690 PROT 35 g HC 76 g LIP 24 g

KCAL 738 PROT 38 g HC 82 g LIP 26 g

KCAL 763 PROT 26 g HC 88 g LIP 36 g

KCAL776 PROT 24 g HC 61 g LIP 47 g

KCAL776 PROT 24 g HC 61 g LIP 47 g

KCAL776 PROT 24 g HC 61 g LIP 47 g

PASTA CON QUESO
MAGRO CON TOMATE
Y VERDURAS ASADAS
FRUTA Y PAN

JUDÍAS BLANCAS GUIADAS
CON CHORIZO
TORTILLA DE PATATA
CON ENSALADA
FRUTA Y PAN

ARROZ CON VERDURAS
RAGÚ DE PAVO A LA JARDINERA
CON PATATA VAPOR
FRUTA Y PAN

LENTEJAS GUIADAS
CON VERDURAS
FILETE DE POLLO AL AJILLO
CON ENSALADA
FRUTA Y PAN

PURÉ DE VERDURAS
DE LA HUERTA
FILETE DE PAVO EN ADOBO
CON ENSALADA
POSTRE LACTEO Y PAN

ARROZ CON TOMATE
SALCHICHAS DE PAVO AL
HORNO C/ENSALADA
FRUTA Y PAN

LENTEJAS GUIADAS
TORTILLA FRANCESA
CON ENSALADA
FRUTA Y PAN

PASTA INTEGRAL CON TOMATE
Y QUESO
FILETE DE POLLO AL AJILLO
CON CALABACÍN
FRUTA Y PAN

JUDÍAS VERDES REHOGADAS
CON BACON
CINTA DE LOMO AL AJILLO
CON ENSALADA
FRUTA Y PAN

SOPA DE COCIDO
CON FIDEOS
COCIDO COMPLETO
garbanzos , tocino, morcillo y chorizo
POSTRE LACTEO Y PAN

NO LECTIVO

NO LECTIVO

CREMA DE CALABAZA
LACÓN A LA GALLEGA
CON PATATA VAPOR
FRUTA Y PAN

ALUBIAS BLANCAS ESTOFADAS
CON VERDURAS
FILETE DE POLLO AL LIMÓN
CON ENSALADA
FRUTA Y PAN

MENÚ MEXICANO
ARROZ A LA MEXICANA
HUEVOS RANCHEROS
CON ENSALADA
FRUTA Y PAN

SOPA DE COCIDO
CON FIDEOS
COCIDO COMPLETO
garbanzos , tocino, morcillo y chorizo
FRUTA Y PAN

PANACHE DE VERDURAS
FILETE DE POLLO AL HORNO
CON ZANAHORIA BABY
POSTRE LACTEO Y PAN

LENTEJAS GUIADAS
CON VERDURAS
FILETE DE PAVO EN ADOBO
CON ENSALADA
FRUTA Y PAN

FIDEUA DE VERDURAS
CINTA DE LOMO AL HORNO
CON ENSALADA
FRUTA Y PAN

SOPA DE AVE CON
FIDEOS
POLLO ASADO EN SALS
CON PATATAS
FRUTA Y PAN

JUDIAS VERDES REHOGADAS
ALBÓNDIGAS MIXTAS (burger
meat)EN SALS
CON PATATAS
FRUTA Y PAN



LUNES

MARTES

MIÉRCOLES

JUEVES

VIERNES

□

□

□

1

2

LENTEJAS GUIADAS
CON VERDURAS
FILETE DE POLLO AL AJILLO
CON ENSALADA
FRUTA Y PAN

PURÉ DE VERDURAS
DE LA HUERTA
FILETE DE PAVO EN ADOBO
CON ENSALADA
POSTRE SOJA Y PAN

KCAL 770 PROT 47 g HC 66 g LIP 32 g

KCAL 725 PROT 34 g HC 65 g LIP 38 g



5

PATA EN SALSA ZANAHORIA
CON CHAMPIÑON
MAGRO CON TOMATE
Y VERDURAS ASADAS
FRUTA Y PAN

6

JUDÍAS BLANCAS GUIADAS
CON CHORIZO
TORTILLA DE PATATA
CON ENSALADA
FRUTA Y PAN

7

ARROZ CON VERDURAS
RAGÚ DE PAVO A LA JARDINERA
CON PATATA VAPOR
FRUTA Y PAN

8

JUDÍAS VERDES REHOGADAS
CON BACON
CINTA DE LOMO AL AJILLO
CON ENSALADA
FRUTA Y PAN

9

SOPA DE AVE
CON FIDEOS
FILETE DE POLLO AL HORNO
CON ZANAHORIA BABY
POSTRE SOJA Y PAN

KCAL 722 PROT 33 g HC 88 g LIP 25 g

KCAL 747 PROT 28 g HC 85 g LIP 28 g

KCAL 675 PROT 39 g HC 54 g LIP 31 g

KCAL 690 PROT 35 g HC 76 g LIP 24g

KCAL 738 PROT 38 g HC 82 g LIP 26 g

12

ARROZ CON TOMATE
SALCHICHAS DE PAVO AL
HORNO C/ENSALADA
FRUTA Y PAN

13

LENTEJAS GUIADAS
TORTILLA FRANCESA
CON ENSALADA
FRUTA Y PAN

14

PASTA EN SALSA DE TOMATE
Y ALBAHACA
FILETE DE POLLO AL AJILLO
CON CALABACÍN
FRUTA Y PAN

15

NO LECTIVO

16

NO LECTIVO

KCAL 667 PROT 38 g HC 71 g LIP 24 g

KCAL 870 PROT 26 g HC 89 g LIP 33g

KCAL 798 PROT 31 g HC 63 g LIP 43 g

19

CREMA DE CALABAZA
LACÓN A LA GALLEGA
CON PATATA VAPOR
FRUTA Y PAN

20

ALUBIAS BLANCAS ESTOFADAS
CON VERDURAS
FILETE DE POLLO AL LIMÓN
CON ENSALADA
FRUTA Y PAN

21

MENÚ MEXICANO
ARROZ A LA MEXICANA
HUEVOS RANCHEROS
CON ENSALADA
FRUTA Y PAN

22

SOPA DE COCIDO
CON FIDEOS
COCIDO COMPLETO
garbanzos , tocino, morcillo y chorizo
FRUTA Y PAN

23

PANACHE DE VERDURAS
FILETE DE POLLO AL HORNO
CON ZANAHORIA BABY
POSTRE SOJA Y PAN

KCAL 671 PROT 34 g HC 92 g LIP 17 g

KCAL 747 PROT 28 g HC 85 g LIP 28 g

KCAL 746 PROT 34 g HC 104 g LIP 21 g

KCAL 690 PROT 35 g HC 76 g LIP 24 g

KCAL 738 PROT 38 g HC 82 g LIP 26 g

26

LENTEJAS GUIADAS
CON VERDURAS
FILETE DE PAVO EN ADOBO
CON ENSALADA
FRUTA Y PAN

27

FIDEUA DE VERDURAS
CINTA DE LOMO AL HORNO
CON ENSALADA
FRUTA Y PAN

28

SOPA DE AVE CON
FIDEOS
POLLO ASADO EN SALSA
CON PATATAS
FRUTA Y PAN

29

JUDIAS VERDES REHOGADAS
ALBÓDIGAS MIXTAS (burguer
meat)EN SALSA CON PATATAS
FRUTA Y PAN

KCAL 763 PROT 26 g HC 88 g LIP 36 g

KCAL776 PROT 24 g HC 61 g LIP 47 g

KCAL776 PROT 24 g HC 61 g LIP 47 g

KCAL776 PROT 24 g HC 61 g LIP 47 g



LUNES

MARTES

MIÉRCOLES

JUEVES

VIERNES

□

□

□

1

LENTEJAS GUIADAS
CON VERDURAS
FILETE DE POLLO AL AJILLO
CON ENSALADA
FRUTA Y PAN

2

PURÉ DE VERDURAS
DE LA HUERTA
BACALAO REBOZADO
CON ENSALADA
POSTRE LACTEO Y PAN

KCAL 770 PROT 47 g HC 66 g LIP 32 g

KCAL 725 PROT 34 g HC 65 g LIP 38 g

5

PASTA CON QUESO
PALOMETA CON PISTO
DE VERDURAS
FRUTA Y PAN

6

JUDÍAS BLANCAS GUIADAS
CON VERDURAS
HUEVOS VILLARROY
CON ENSALADA
FRUTA Y PAN

7

ARROZ CON VERDURAS
MERLUZA A LA NARANJA
CON PATATA VAPOR
FRUTA Y PAN

8

JUDÍAS VERDES REHOGADAS
C/PATATA Y ZANAHORIA
BACALAO AL AJILLO
CON ENSALADA
FRUTA Y PAN

9

SOPA DE AVE
CON FIDEOS
COCIDO COMPLETO
garbanzos, morcillo, patata
POSTRE LACTEO Y PAN

KCAL 722 PROT 33 g HC 88 g LIP 25 g

KCAL 747 PROT 28 g HC 85 g LIP 28 g

KCAL 675 PROT 39 g HC 54 g LIP 31 g

KCAL 690 PROT 35 g HC 76 g LIP 24 g

KCAL 738 PROT 38 g HC 82 g LIP 26 g

12

ARROZ CON TOMATE
SALCHICHAS DE PAVO AL
HORNO C/ENSALADA
FRUTA Y PAN

13

LENTEJAS GUIADAS
TORTILLA FRANCESA
CON ENSALADA
FRUTA Y PAN

14

PASTA INTEGRAL CON TOMATE
Y QUESO
ABADEJO ENCEBOLLADO
CON GUIANTES
FRUTA Y PAN

15

NO LECTIVO

16

NO LECTIVO

KCAL 667 PROT 38 g HC 71 g LIP 24 g

KCAL 870 PROT 26 g HC 89 g LIP 33 g

KCAL 798 PROT 31 g HC 63 g LIP 43 g

19

CREMA DE CALABAZA
MERLUZA A LA GALLEGA
CON PATATA VAPOR
FRUTA Y PAN

20

ALUBIAS BLANCAS ESTOFADAS
CON VERDURAS
FILETE DE POLLO AL LIMÓN
CON ENSALADA
FRUTA Y PAN

21

MENÚ MEXICANO
ARROZ A LA MEXICANA
TORTILLA FRANCESA
CON ENSALADA
FRUTA Y PAN

22

SOPA DE AVE
CON FIDEOS
COCIDO COMPLETO
garbanzos, morcillo, patata
FRUTA Y PAN

23

PANACHE DE VERDURAS
MERLUZA AL PIL PIL
CON ZANAHORIA BABY
POSTRE LACTEO Y PAN

KCAL 671 PROT 34 g HC 92 g LIP 17 g

KCAL 747 PROT 28 g HC 85 g LIP 28 g

KCAL 746 PROT 34 g HC 104 g LIP 21 g

KCAL 690 PROT 35 g HC 76 g LIP 24 g

KCAL 738 PROT 38 g HC 82 g LIP 26 g

26

LENTEJAS GUIADAS
CON VERDURAS
MERLUZA REBOZADA
CON ENSALADA
FRUTA Y PAN

27

FIDEUA DE VERDURAS
TORTILLA FRANCESA
CON ENSALADA
FRUTA Y PAN

28

SOPA DE AVE CON
FIDEOS
POLLO ASADO EN SALSA
CON PATATAS
FRUTA Y PAN

29

JUDÍAS VERDES REHOGADAS
HAMBURGUESA (burger
meat) EN SALSA CON PATATAS
FRUTA Y PAN

KCAL 763 PROT 26 g HC 88 g LIP 36 g

KCAL 776 PROT 24 g HC 61 g LIP 47 g

KCAL 776 PROT 24 g HC 61 g LIP 47 g

KCAL 776 PROT 24 g HC 61 g LIP 47 g



LUNES

MARTES

MIÉRCOLES

JUEVES

VIERNES

4

5

6

1

2

5

6

7

8

9

12

13

14

15

16

19

20

21

22

23

26

27

28

29

PASTA (s/gluten ni huevo)
EN SALSA ZANAHORIA C/CHAMPIÑÓN
PALOMETA CON TOMATE
Y VERDURAS ASADAS
FRUTA Y PAN SIN GLUTEN

JUDÍAS BLANCAS GUIADAS
CON VERDURAS
TORTILLA DE PATATA
CON ENSALADA
FRUTA Y PAN SIN GLUTEN

ARROZ CON VERDURAS
MERLUZA A LA JARDINERA
CON PATATA VAPOR
FRUTA Y PAN SIN GLUTEN

LENTEJAS GUIADAS
CON VERDURAS
FILETE DE POLLO AL AJILLO
CON ENSALADA
FRUTA Y PAN SIN GLUTEN

PURÉ DE VERDURAS
DE LA HUERTA
MERLUZA REBOZADA
S/GLUTEN C/ENSALADA
POSTRE LACTEO Y PAN S/GLUTEN

KCAL 770 PROT 47 g HC 66 g LIP 32 g

KCAL 725 PROT 34 g HC 65 g LIP 38 g

KCAL 722 PROT 33 g HC 88 g LIP 25 g

KCAL 747 PROT 28 g HC 85 g LIP 28 g

KCAL 675 PROT 39 g HC 54 g LIP 31 g

KCAL 690 PROT 35 g HC 76 g LIP 24 g

KCAL 738 PROT 38 g HC 82 g LIP 26 g

ARROZ CON TOMATE
SALCHICHAS DE PAVO AL
HORNO C/ENSALADA
FRUTA Y PAN SIN GLUTEN

LENTEJAS GUIADAS
CON VERDURAS
TORTILLA FRANCESA
CON ENSALADA
FRUTA Y PAN SIN GLUTEN

PASTA (s/gluten ni huevo)
C/SALSA DE TOMATE Y ALBAHACA
ABADEJO ENCEBOLLADO
CON CALABACÍN
FRUTA Y PAN SIN GLUTEN

NO LECTIVO

NO LECTIVO

KCAL 667 PROT 38 g HC 71 g LIP 24 g

KCAL 870 PROT 26 g HC 89 g LIP 33 g

KCAL 798 PROT 31 g HC 63 g LIP 43 g

22

23

CREMA DE CALABAZA
LACÓN A LA GALLEGA
CON PATATA VAPOR
FRUTA Y PAN SIN GLUTEN

ALUBIAS BLANCAS ESTOFADAS
CON VERDURAS
FILETE DE POLLO EN ADOBO
CON ENSALADA
FRUTA Y PAN SIN GLUTEN

ARROZ CON VERDURA WOK
TORTILLA FRANCESA
CON ENSALADA
FRUTA Y PAN SIN GLUTEN

SOPA DE AVE
C/FIDEOS (s/gluten ni huevo)
COCIDO COMPLETO
garbanzos , tocino, morcillo y chorizo
FRUTA Y PAN SIN GLUTEN

PANACHE DE VERDURAS
MERLUZA AL PIL PIL
CON ZANAHORIA BABY
POSTRE LACTEO Y PAN S/GLUTEN

KCAL 671 PROT 34 g HC 92 g LIP 17 g

KCAL 747 PROT 28 g HC 85 g LIP 28 g

KCAL 746 PROT 34 g HC 104 g LIP 21 g

KCAL 690 PROT 35 g HC 76 g LIP 24 g

KCAL 738 PROT 38 g HC 82 g LIP 26 g

LENTEJAS GUIADAS
CON VERDURAS
MERLUZA REBOZADA
S/GLUTEN C/ENSALADA
FRUTA Y PAN SIN GLUTEN

PASTA (s/gluten ni huevo)
EN SALSA PROVENZAL
CINTA DE LOMO AL HORNO
CON ENSALADA
FRUTA Y PAN SIN GLUTEN

SOPA DE AVE
C/FIDEOS (s/gluten ni huevo)
POLLO ASADO EN SALSA
CON PATATAS
FRUTA Y PAN SIN GLUTEN

JUDIAS VERDES REHOGADAS
HAMBURGUESA DE TERNERA (burguer
meat)EN SALSA CON PATATAS
FRUTA Y PAN SIN GLUTEN

KCAL 763 PROT 26 g HC 88 g LIP 36 g

KCAL776 PROT 24 g HC 61 g LIP 47 g

KCAL776 PROT 24 g HC 61 g LIP 47 g

KCAL776 PROT 24 g HC 61 g LIP 47 g



LUNES

MARTES

MIÉRCOLES

JUEVES

VIERNES

4

5

6

1

2

5

6

7

8

9

12

13

14

15

16

19

20

21

22

23

26

27

28

29

PASTA (s/gluten ni huevo)
EN SALSA ZANAHORIA C/CHAMPIÑÓN
PALOMETA CON TOMATE
Y VERDURAS ASADAS
FRUTA Y PAN SIN GLUTEN

JUDÍAS BLANCAS GUIADAS
CON VERDURAS
TORTILLA DE PATATA
CON ENSALADA
FRUTA Y PAN SIN GLUTEN

ARROZ CON VERDURAS
MERLUZA A LA JARDINERA
CON PATATA VAPOR
FRUTA Y PAN SIN GLUTEN

LENTEJAS GUIADAS
CON VERDURAS
FILETE DE POLLO AL AJILLO
CON ENSALADA
FRUTA Y PAN SIN GLUTEN

PURÉ DE VERDURAS
DE LA HUERTA
MERLUZA REBOZADA
S/GLUTEN C/ENSALADA
POSTRE LACTEO Y PAN S/GLUTEN

KCAL 722 PROT 33 g HC 88 g LIP 25 g

KCAL 747 PROT 28 g HC 85 g LIP 28 g

KCAL 675 PROT 39 g HC 54 g LIP 31 g

KCAL 770 PROT 47 g HC 66 g LIP 32 g

KCAL 725 PROT 34 g HC 65 g LIP 38 g

ARROZ CON TOMATE
SALCHICHAS DE PAVO AL
HORNO C/ENSALADA
FRUTA Y PAN SIN GLUTEN

LENTEJAS GUIADAS
CON VERDURAS
TORTILLA FRANCESA
CON ENSALADA
FRUTA Y PAN SIN GLUTEN

PASTA (s/gluten ni huevo)
C/SALSA DE TOMATE Y ALBAHACA
ABADEJO ENCEBOLLADO
CON CALABACÍN
FRUTA Y PAN SIN GLUTEN

JUDÍAS VERDES REHOGADAS
C/PATATA Y ZANAHORIA
CINTA DE LOMO AL AJILLO
CON ENSALADA
FRUTA Y PAN SIN GLUTEN

SOPA DE AVE
C/FIDEOS (s/gluten ni huevo)
COCIDO COMPLETO
garbanzos , tocino, morcillo y chorizo
POSTRE LACTEO Y PAN S/GLUTEN

KCAL 690 PROT 35 g HC 76 g LIP 24 g

KCAL 738 PROT 38 g HC 82 g LIP 26 g

NO LECTIVO

NO LECTIVO

KCAL 667 PROT 38 g HC 71 g LIP 24 g

KCAL 870 PROT 26 g HC 89 g LIP 33 g

KCAL 798 PROT 31 g HC 63 g LIP 43 g

CREMA DE CALABAZA
LACÓN A LA GALLEGA
CON PATATA VAPOR
FRUTA Y PAN SIN GLUTEN

ALUBIAS BLANCAS ESTOFADAS
CON VERDURAS
FILETE DE POLLO EN ADOBO
CON ENSALADA
FRUTA Y PAN SIN GLUTEN

ARROZ CON VERDURA WOK
TORTILLA FRANCESA
CON ENSALADA
FRUTA Y PAN SIN GLUTEN

SOPA DE AVE
C/FIDEOS (s/gluten ni huevo)
COCIDO COMPLETO
garbanzos , tocino, morcillo y chorizo
FRUTA Y PAN SIN GLUTEN

PANACHE DE VERDURAS
MERLUZA AL PIL PIL
CON ZANAHORIA BABY
POSTRE LACTEO Y PAN S/GLUTEN

KCAL 671 PROT 34 g HC 92 g LIP 17 g

KCAL 747 PROT 28 g HC 85 g LIP 28 g

KCAL 746 PROT 34 g HC 104 g LIP 21 g

KCAL 690 PROT 35 g HC 76 g LIP 24 g

KCAL 738 PROT 38 g HC 82 g LIP 26 g

LENTEJAS GUIADAS
CON VERDURAS
MERLUZA REBOZADA
S/GLUTEN C/ENSALADA
FRUTA Y PAN SIN GLUTEN

PASTA (s/gluten ni huevo)
EN SALSA PROVENZAL
CINTA DE LOMO AL HORNO
CON ENSALADA
FRUTA Y PAN SIN GLUTEN

SOPA DE AVE
C/FIDEOS (s/gluten ni huevo)
POLLO ASADO EN SALSA
CON PATATAS
FRUTA Y PAN SIN GLUTEN

JUDIAS VERDES REHOGADAS
HAMBURGUESA DE TERNERA (burguer
meat)EN SALSA CON PATATAS
FRUTA Y PAN SIN GLUTEN

KCAL 763 PROT 26 g HC 88 g LIP 36 g

KCAL776 PROT 24 g HC 61 g LIP 47 g

KCAL776 PROT 24 g HC 61 g LIP 47 g

KCAL776 PROT 24 g HC 61 g LIP 47 g



LUNES

MARTES

MIÉRCOLES

JUEVES

VIERNES

□

□

□

1

2

LENTEJAS GUIADAS
CON VERDURAS
TORTILLA DE PATATA
CON ENSALADA
FRUTA Y PAN

PURÉ DE VERDURAS
DE LA HUERTA
BACALAO REBOZADO
CON ENSALADA
POSTRE LACTEO Y PAN

KCAL 770 PROT 47 g HC 66 g LIP 32 g

KCAL 725 PROT 34 g HC 65 g LIP 38 g



5

PASTA CON QUESO
PALOMETA CON PISTO
DE VERDURAS
FRUTA Y PAN

6

JUDIÁS BLANCAS GUIADAS
CON VERDURAS
HUEVOS VILLARROY
CON ENSALADA
FRUTA Y PAN

7

ARROZ CON VERDURAS
MERLUZA A LA NARANJA
CON PATATA VAPOR
FRUTA Y PAN

8

CREMA DE CALABACIN
JUDIÁS VERDES CON
QUINOA
FRUTA Y PAN

9

SOPA MINSTRONE
GARBANZOS, PATATA,
ZANAHORIA
POSTRE LACTEO Y PAN

KCAL 690 PROT 35 g HC 76 g LIP 24 g

KCAL 738 PROT 38 g HC 82 g LIP 26 g

12

ARROZ CON TOMATE
ACELGAS A LA EXTREMEÑA
FRUTA Y PAN

13

LENTEJAS GUIADAS
TORTILLA FRANCESA
CON ENSALADA
FRUTA Y PAN

14

PASTA INTEGRAL CON TOMATE
Y QUESO
ABADEJO ENCEBOLLADO
CON GUISANTES
FRUTA Y PAN

15

NO LECTIVO

16

NO LECTIVO

KCAL 667 PROT 38 g HC 71 g LIP 24 g

KCAL 870 PROT 26 g HC 89 g LIP 33g

KCAL 798 PROT 31 g HC 63 g LIP 43 g

19

CREMA DE CALABAZA
MERLUZA A LA GALLEGA
CON PATATA VAPOR
FRUTA Y PAN

20

ALUBIAS BLANCAS ESTOFADAS
CON VERDURAS
COLIFLOR REHOGADA
FRUTA Y PAN

21

ARROZ CON VERDURAS WOK
TORTILLA FRANCESA
CON ENSALADA
FRUTA Y PAN

22

SOPA MINSTRONE
GARBANZOS, PATATA,
ZANAHORIA
FRUTA Y PAN

23

PANACHE DE VERDURAS
MERLUZA AL PIL PIL
CON ZANAHORIA BABY
POSTRE LACTEO Y PAN

KCAL 671 PROT 34 g HC 92 g LIP 17 g

KCAL 747 PROT 28 g HC 85 g LIP 28 g

KCAL 746 PROT 34 g HC 104 g LIP 21 g

KCAL 690 PROT 35 g HC 76 g LIP 24 g

KCAL 738 PROT 38 g HC 82 g LIP 26 g

26

LENTEJAS GUIADAS
CON VERDURAS
MERLUZA REBOZADA
CON ENSALADA
FRUTA Y PAN

27

PASTA EN SALSA PROVENZAL
TORTILLA FRANCESA
CON ENSALADA
FRUTA Y PAN

28

SOPA MINSTRONE
GARBANZOS CON
QUINOA AL CURRY
FRUTA Y PAN

29

CREMA DE CALABAZA
HUEVOS REVUELTOS
CON JUDIÁS VERDES
FRUTA Y PAN

KCAL 763 PROT 26 g HC 88 g LIP 36 g

KCAL776 PROT 24 g HC 61 g LIP 47 g

KCAL776 PROT 24 g HC 61 g LIP 47 g

KCAL776 PROT 24 g HC 61 g LIP 47 g



Comienza
con un buen
DESAYUNO

¡Te damos la bienvenida
a nuestro comedor
escolar seguro!

Pan, cereales o
derivados

Leche o
derivados

Fruta fresca
y hortalizas

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.

Si hemos Comido:

Cereales, féculas
o legumbres

Verduras

Carne

Pescado

Huevo

Fruta

Lácteos

Podemos Cenar:

Hortalizas crudas
o legumbres cocidas

Cereales o féculas

Pescado o huevo

Carne magra o huevo

Pescado o carne magra

Lácteos o fruta

Fruta



BUREAU
VERITAS

Notas

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.

Scolarest