

LUNES

MARTES

MIÉRCOLES

JUEVES

VIERNES



11 871 Kcal. P.: 8 HC.: 48 L.: 41 G.: 7

MACARRONES A LA INGLESA
ENGLISH STYLE MACARONI
EMPANADO DE PAVO Y QUESO
BREADED TURKEY AND CHEESE
ZANAHORIA RALLADA, ACEITUNAS VERDES Y MAÍZ
GRATED CARROT, OLIVES AND SWEETCORN
FRUTA
FRUIT

12 791 Kcal. P.: 15 HC.: 37 L.: 43 G.: 7

LENTEJAS CON VERDURAS
LENTILS WITH VEGETABLES
TORTILLA DE PATATAS
SPANISH OMELETTE
ENSALADA VERDE
GREEN SALAD
FRUTA
FRUIT

13 691 Kcal. P.: 23 HC.: 29 L.: 45 G.: 11

JUDÍAS VERDES CON TOMATE
GREEN BEANS WITH TOMATO SAUCE
POLLO ASADO AL LIMON Y TOMILLO
ROAST CHICKEN WITH LEMON AND THYME
LECHUGA Y TOMATE
LETTUCE AND TOMATO
FRUTA
FRUIT

14 678 Kcal. P.: 21 HC.: 48 L.: 29 G.: 6

ARROZ A LA CAZUELA CON VERDURAS
RICE WITH VEGETABLES
PALOMETA CON AJITOS Y CEBOLLA EN SALSA DE TOMATE
OVEN-COOKED BREAM WITH TOMATO SAUCE, GARLIC AND ONIONS
GUISANTES
PEAS
YOGUR
YOGHURT

15 760 Kcal. P.: 19 HC.: 34 L.: 45 G.: 9

CREMA DE VERDURAS NATURAL CON PICATOSTES
CREAM OF VEGETABLE SOUP WITH CROUTONS
GUIZO DE CERDO A LA ITALIANA CON ACEITUNAS NEGRAS
ITALIAN PORK STEW WITH BLACK OLIVES
PATATAS FRITAS
FRENCH FRIES
FRUTA
FRUIT

18 453 Kcal. P.: 14 HC.: 53 L.: 28 G.: 8

VERDURA TRICOLOR (BROCOLI, JUDIA VERDE Y ZANAHORIA)
TRICOLOR VEGETABLES
LASAÑA DE CARNE CON QUESO PARMESANO GRATINADO
MEAT LASAGNA WITH CHEESE AU GRATIN
FRUTA
FRUIT

19 679 Kcal. P.: 20 HC.: 29 L.: 46 G.: 13

ALUBIAS BLANCAS GUISADAS CON SETAS
WHITE BEANS STEWED WITH MUSHROOMS
HUEVOS REVUELTOS CON BACON
SCRAMBLED EGGS WITH BACON
LECHUGA Y ZANAHORIA RALLADA
LETTUCE AND SHREDDED CARROT
YOGUR
YOGHURT

20 830 Kcal. P.: 12 HC.: 49 L.: 36 G.: 5

ARROZ CON TOMATE NATURAL Y OLIVAS NEGRAS
RICE WITH FRESH TOMATO AND BLACK OLIVES
FILETE DE MERLUZA EMPANADO
BREADED HAKE FILLET
ZANAHORIA RALLADA
GRATED CARROT
FRUTA
FRUIT

21 761 Kcal. P.: 19 HC.: 53 L.: 24 G.: 6

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

22 652 Kcal. P.: 23 HC.: 32 L.: 42 G.: 10

CREMA DE CALABAZA
CREAM OF PUMPKIN SOUP
POLLO ASADO CON SALSA BARBACOA
ROAST CHICKEN WITH BARBECUE SAUCE
TOMATE NATURAL EN RODAJAS
FRESH TOMATO SLICES
FRUTA
FRUIT

25 846 Kcal. P.: 14 HC.: 41 L.: 43 G.: 14

CODITOS DE PASTA A LA CARBONARA (SALSA DE NATA CON BACON)
PASTA CARBONARA
ALBÓNDIGAS CON ZANAHORIAS Y GUISANTES
MEATBALLS WITH CARROTS AND PEAS
FRUTA
FRUIT

26 774 Kcal. P.: 15 HC.: 49 L.: 34 G.: 5

ARROZ EN PAELLA CON VERDURAS
PAELLA WITH VEGETABLES
FILETE DE ABADEJO A LA ROMANA
BATTERED FISH FILLET
ENSALADA VERDE
GREEN SALAD
FRUTA
FRUIT

27 655 Kcal. P.: 19 HC.: 39 L.: 37 G.: 8

LENTEJAS CON CHORIZO
SAUSAGE AND LENTIL STEW
TORTILLA DE CALABACÍN
COURGETTE OMELETTE
TOMATE NATURAL
FRESH TOMATO
FRUTA
FRUIT

28 674 Kcal. P.: 9 HC.: 42 L.: 46 G.: 8

CREMA DE ZANAHORIAS
CREAM OF CARROTS SOUP
CROQUETAS ARTESANAS DE JAMÓN
HAM CROQUETTES
LECHUGA Y MAÍZ
LETTUCE AND SWEETCORN
YOGUR
YOGHURT

29 758 Kcal. P.: 22 HC.: 31 L.: 45 G.: 11

SOPA MARAVILLA CON PICADILLO
MINCE SOUP WITH PASTA
CONTRAMUSLO DE POLLO ASADO CON ROMERO FRESCO
ROAST CHICKEN WITH ROSEMARY
PATATAS FRITAS
FRENCH FRIES
FRUTA
FRUIT



NOTAS: Leyenda: Kcal.: Kilocalorías (Energía) / P: Proteínas/ H: Hidratos de Carbono / L: Lípidos / G: ácidos Grasos saturados. Valores de nutrientes expresados en % sobre energía total. Aportes calóricos teóricos calculados para niños/as de 6 a 9 años. Nuestros menús incluyen PAN BLANCO E INTEGRAL y la bebida será AGUA.

¡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.

