

LUNES

MARTES

MIÉRCOLES

JUEVES

VIERNES

3

FESTIVO

4

NO LECTIVO

5

749 Kcal. P.: 19 HC.: 44 L.: 34 G.: 10

FIDEUA CON VERDURITAS
VEGETABLE FIDEUA
ALBÓNDIGAS A LA JARDINERA
MEATBALLS WITH VEGETABLES
FRUTA
FRUIT

6

619 Kcal. P.: 22 HC.: 33 L.: 40 G.: 10

ALUBIAS BLANCAS ESTOFADAS
HARICOT BEANS STEW
REVUELTO DE JAMÓN
SCRAMBLED EGGS WITH HAM
LECHUGA Y TOMATE
LETTUCE AND TOMATO
YOGUR
YOGHURT

7

779 Kcal. P.: 14 HC.: 48 L.: 37 G.: 6

RECETA FISH REVOLUTION

ARROZ CON TOMATE
RICE WITH TOMATO SAUCE
BOQUERON ANDALUZA (ENHARINADO Y FRITO)
ANDALUSIAN STYLE ANCHOVY
ENSALADA DE LECHUGA Y TOMATE
LETTUCE AND TOMATO SALAD
FRUTA
FRUIT

10

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

LENTEJAS ESTOFADAS
LENTIL STEW
TORTILLA DE PATATAS
SPANISH OMELETTE
LECHUGA Y PEPINO
LETTUCE AND CUCUMBER
FRUTA
FRUIT

11

656 Kcal. P.: 15 HC.: 49 L.: 33 G.: 5

MACARRONES CON TOMATE
MACARONI WITH TOMATO SAUCE
FILETE DE MERLUZA AL HORNO
BAKED HAKE FILLET
LECHUGA Y MAÍZ
LETTUCE AND SWEETCORN
FRUTA
FRUIT

12

555 Kcal. P.: 16 HC.: 38 L.: 42 G.: 7

JUDÍAS VERDES REHOGADAS
GREEN BEANS WITH OLIVE OIL
HAMBURGUESA DE PAVO A LA PLANCHA
GRILLED TURKEY BURGUER
PATATAS FRITAS
FRENCH FRIES
FRUTA
FRUIT

13

736 Kcal. P.: 20 HC.: 49 L.: 28 G.: 10

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
YOGUR
YOGHURT

14

800 Kcal. P.: 20 HC.: 41 L.: 38 G.: 9

ARROZ EN PAELLA CON VERDURAS
PAELLA WITH VEGETABLES
CONTRAMUSLO DE POLLO ASADO
ROAST CHICKEN THIGH
ENSALADA VERDE
GREEN SALAD
FRUTA
FRUIT

17

761 Kcal. P.: 9 HC.: 43 L.: 45 G.: 6

ESPAGUETIS CON TOMATE
SPAGHETTI WITH TOMATO SAUCE
RABAS DE CALAMAR
SQUID STICKS
LECHUGA Y ZANAHORIA RALLADA
LETTUCE AND SHREDDED CARROT
FRUTA
FRUIT

18

649 Kcal. P.: 19 HC.: 37 L.: 38 G.: 7

ALUBIAS BLANCAS GUIADAS CON ZANAHORIA
HARICOT BEANS AND CARROT STEW
HUEVOS REVUELTOS CON ATUN
SCRAMBLED EGGS WITH TUNA
TOMATE Y MAÍZ
TOMATO AND SWEETCORN
FRUTA
FRUIT

19

543 Kcal. P.: 22 HC.: 38 L.: 37 G.: 9

CREMA DE PUERRO, PATATA Y ZANAHORIA
CREAM OF LEEK, POTATO AND CARROT SOUP
WOK DE POLLO CON VERDURAS Y SALSA DE SOJA
CHICKEN AND VEGETABLE WOK & SOY SAUCE
FRUTA
FRUIT

20

775 Kcal. P.: 18 HC.: 47 L.: 33 G.: 7

ARROZ GRATINADO CON VERDURAS
GRILLED RICE WITH VEGETABLES
FILETE DE ABADEJO EMPANADO
BREADED FISH FILLET
ENSALADA DE LECHUGA Y TOMATE
LETTUCE AND TOMATO SALAD
YOGUR
YOGHURT

21

706 Kcal. P.: 12 HC.: 28 L.: 58 G.: 16

JORNADA GASTRONOMICA

ALEMANA

KARTOFFENSALAT (ENSALADA DE PATATA , HUEVO,
MANZANA Y PEPINILLO CON MAHONESA Y
MOSTAZA)
KARTOFFENSALAT (POTATO, EGG, APPLE AND PICKLE
SALAD WITH MAYONNAISE AND MUSTARD)
CURRYWURST (SALCHICHAS CON SALSA DE TOMATE Y
CURRY)
CURRYWURST (SAUSAGE WITH CURRY AND TOMATO
SAUCE)

24

856 Kcal. P.: 16 HC.: 26 L.: 57 G.: 17

SOPA PRIMAVERA CON YORK Y HUEVO
SPRING SOUP WITH COOKED HAM AND EGG
CINTA DE LOMO A LA PLANCHA
GRILLED PORK LOIN SLICES
PATATAS FRITAS
FRENCH FRIES
FRUTA
FRUIT

25

625 Kcal. P.: 23 HC.: 40 L.: 31 G.: 5

JORNADA FISH REVOLUTION

LENTEJAS DE MAR
SEA LENTILS
MEDALLÓN DE SALMÓN Y CALABAZA A LA NARANJA
SALMON AND PUMPKIN MEDALLION IN ORANGE
SAUCE
FRUTA
FRUIT

26

569 Kcal. P.: 12 HC.: 52 L.: 34 G.: 6

ARROZ CANTONÉS CON TORTILLA, ZANAHORIA Y
GUISANTES
CANTONESE RICE WITH OMELETTE, CARROT AND PEAS
FILETE DE POLLO AL AJILLO
GARLIC CHICKEN
LECHUGA
LETTUCE
FRUTA
FRUIT

27

597 Kcal. P.: 20 HC.: 33 L.: 45 G.: 14

CREMA DE VERDURAS
VEGETABLE CREAM
HAMBURGUESA DE TERNERA EN SALSA DE SETAS
BEEF BURGUER IN MUSHROOM SAUCE
PATATA ASADA
ROAST POTATOES
YOGUR
YOGHURT

28

657 Kcal. P.: 15 HC.: 47 L.: 36 G.: 7

ENSALADA DE PASTA TRICOLOR (TOMATE, MAÍZ Y
ATÚN)
MULTICOLOURED PASTA SALAD (TOMATO, SWEET
CORN AND TUNA)
TORTILLA DE CALABACÍN
COURGETTE OMELETTE
TOMATE ALIÑADO
TOMATO
FRUTA
FRUIT

31

452 Kcal. P.: 13 HC.: 55 L.: 27 G.: 8

CREMA DE CALABAZA Y ZANAHORIA
PUMPKIN AND CARROTS CREAM
LASAÑA DE CARNE CON QUESO PARMESANO
GRATINADO
MEAT LASAGNA WITH CHEESE AU GRATIN
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.

