

LUNES

MARTES

MIÉRCOLES

JUEVES

VIERNES

1

2

3

4

5

943 Kcal. P.: 12 HC.: 35 L.: 51 G.: 15

**ARROZ CON TOMATE**  
RICE WITH TOMATO SAUCE  
**CINTA DE LOMO A LA PLANCHA**  
GRILLED PORK LOIN SLICES  
**LECHUGA Y ZANAHORIA RALLADA**  
LETTUCE AND SHREDDED CARROT  
**FRUTA**  
FRUIT



4 722 Kcal. P.: 20 HC.: 35 L.: 42 G.: 11

**LENTEJAS ESTOFADAS CON ARROZ INTEGRAL**  
LENTILS STEW WITH INTEGRAL RICE  
**HAMBURGUESA DE TERNERA A LA PLANCHA**  
GRILLED BEEF BURGER  
**PATATAS FRITAS**  
FRENCH FRIES  
**FRUTA**  
FRUIT

5 784 Kcal. P.: 13 HC.: 44 L.: 41 G.: 8

**MACARRONES CON QUESO Y OREGANO**  
MACARRONES WITH CHEESE AND OREGAN  
**TORTILLA DE PATATAS**  
SPANISH OMELETTE  
**LECHUGA Y COL LOMBARDA**  
LETTUCE AND RED CABBAGE  
**FRUTA**  
FRUIT

6 628 Kcal. P.: 24 HC.: 27 L.: 47 G.: 11

**CREMA DE VERDURA TRICOLOR (CON ZANAHORIA, BRÓCOLI Y PATATA)**  
CREAM OF TRICOLOR VEGETABLES SOUP  
**CONTRAMUSLO DE POLLO AL AJILLO**  
CHICKEN THIGH WITH GARLIC  
**ENSALADA DE LECHUGA, TOMATE Y CEBOLLA**  
LETTUCE, ONION AND TOMATO SALAD  
**FRUTA**  
FRUIT

7 641 Kcal. P.: 21 HC.: 42 L.: 34 G.: 13

**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  
**YOGUR**  
YOGHURT

8 834 Kcal. P.: 17 HC.: 48 L.: 34 G.: 5

**ARROZ MILANESA CON VERDURAS Y CARNE**  
MILANESA RICE WITH VEGETABLES AND MEAT  
**FILETE DE ABADAJO EMPANADO**  
BREADED FISH FILLET  
**ENSALADA DE LECHUGA, MAÍZ, JUDIA BROTE Y ZANAHORIA**  
SALAD WITH LETTUCE, SWEETCORN, MUNG BEANS AND CARROT  
**FRUTA**  
FRUIT

11

**NO LECTIVO**

12

**FESTIVO**

13 672 Kcal. P.: 14 HC.: 37 L.: 46 G.: 14

**JUDÍAS VERDES REHOGADAS CON PIMENTÓN**  
GREEN BEANS WITH OLIVE OIL AND PAPRIKA  
**ALBÓNDIGAS A LA NAPOLITANA**  
MEATBALLS TO "NAPOLITAN"  
**ARROZ BLANCO**  
WHITE RICE  
**FRUTA**  
FRUIT

14 761 Kcal. P.: 22 HC.: 31 L.: 43 G.: 8

**ALUBIAS BLANCAS GUIADAS CON ZANAHORIA**  
HARICOT BEANS AND CARROT STEW  
**ESCALOPINES DE POLLO EMPANADOS**  
BATTERED CHICKEN SCALOPPINE  
**LECHUGA Y PEPINO**  
LETTUCE AND CUCUMBER  
**YOGUR**  
YOGHURT

15 598 Kcal. P.: 14 HC.: 56 L.: 28 G.: 4

**ARROZ TRES DELICIAS (CON GUISANTES, MAÍZ Y ZANAHORIA)**  
CHINESE RICE (CARROT, SWEETCORN AND PEAS)  
**FILETE DE MERLUZA AL HORNO**  
BAKED HAKE FILLET  
**ENSALADA DE LECHUGA Y TOMATE**  
LETTUCE AND TOMATO SALAD  
**FRUTA**  
FRUIT

18

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

**LENTEJAS ESTOFADAS**  
LENTIL STEW  
**HUEVOS FRITOS**  
FRIED EGGS  
**PATATAS FRITAS**  
FRENCH FRIES  
**FRUTA**  
FRUIT

19 683 Kcal. P.: 23 HC.: 30 L.: 45 G.: 11

**CREMA DE CALABACÍN Y CALABAZA**  
CREAM OF COURGETTE AND PUMPKIN SOUP  
**CONTRAMUSLO DE POLLO AL CURRY**  
CURRIED CHICKEN THIGHS  
**LECHUGA Y MAÍZ**  
LETTUCE AND SWEETCORN  
**FRUTA**  
FRUIT

20 802 Kcal. P.: 14 HC.: 42 L.: 42 G.: 10

**PAELLA ALICANTINA**  
ALACANT PAELLA  
**FILETE DE AGUJA A LA PLANCHA**  
GRILLED PORK STEAK  
**LECHUGA**  
LETTUCE  
**FRUTA**  
FRUIT

21 641 Kcal. P.: 21 HC.: 42 L.: 34 G.: 13

**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  
**YOGUR**  
YOGHURT

22 795 Kcal. P.: 16 HC.: 45 L.: 37 G.: 6

**FIDEUA CON VERDURITAS**  
VEGETABLE FIDEUÀ  
**BOQUERON ANDALUZA (ENHARINADO Y FRITO)**  
ANDALUSIAN STYLE ANCHOVY  
**TOMATE CON OREGANO**  
TOMATO AND OREGANO  
**FRUTA**  
FRUIT

25

779 Kcal. P.: 13 HC.: 52 L.: 33 G.: 5

**ARROZ CON TOMATE Y ORÉGANO**  
RICE WITH TOMATO SAUCE Y OREGANO  
**MERLUZA EN COSTRA DE PATATA**  
BATTERED HAKE WITH POTATOES  
**LECHUGA Y REMOLACHA**  
LETTUCE AND BEETROOT  
**FRUTA**  
FRUIT

26 789 Kcal. P.: 16 HC.: 35 L.: 44 G.: 8

**ALUBIAS BLANCAS CON CHORIZO**  
HARICOT BEANS WITH SAUSAGE  
**TORTILLA DE PATATAS**  
SPANISH OMELETTE  
**TOMATE EN DADOS**  
DICED TOMATO  
**FRUTA**  
FRUIT

27 650 Kcal. P.: 25 HC.: 35 L.: 38 G.: 10

**SOPA MARAVILLA**  
PASTA SOUP  
**POLLO ASADO AL ESTILO CAJUN**  
CAJUN ROASTED CHICKEN  
**GUISANTES**  
PEAS  
**FRUTA**  
FRUIT

28 664 Kcal. P.: 8 HC.: 46 L.: 43 G.: 6

**CREMA DE PUERRO, PATATA Y ZANAHORIA**  
CREAM OF LEEK, POTATO AND CARROT SOUP  
**CROQUETAS ARTESANAS DE JAMÓN**  
HAM CROQUETTES  
**LECHUGA Y TOMATE**  
LETTUCE AND TOMATO  
**FRUTA**  
FRUIT

29 877 Kcal. P.: 13 HC.: 40 L.: 45 G.: 14

**MENÚ ESPECIAL DE HALLOWEEN**  
**MACARRONES CON SALSAS DE CALABAZA Y QUESO**  
MACARONI WITH PUMPKIN AND CHEESE SAUCE  
**LONGANIZAS CON TOMATE**  
SAUSAGES WITH TOMATO  
**CHAMPIÑONES**  
MUSHROOMS  
**GELATINA**  
JELLY



¡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.

