

LUNES

MARTES

MIÉRCOLES

JUEVES

VIERNES

□

□

1 590 Kcal. P.: 18 HC.: 58 L.: 22 G.: 5
ARROZ MAR Y MONTAÑA
 SEA AND MOUNTAIN RICE
MERLUZA REBOZADA SOBRE PISTO ESPECIADO
 BATTERED HAKE ON SPICY PISTO
FRUTA
 FRUIT

2 642 Kcal. P.: 27 HC.: 27 L.: 46 G.: 13
SOPA DE ESTRELLAS
 PASTA STAR SOUP
POLLO AL HORNO CON SALSA GRIEGA
 CHICKEN IN GREEK SAUCE
LECHUGA Y CEBOLLA
 LETTUCE AND ONION
YOGUR
 YOGHURT

3 480 Kcal. P.: 13 HC.: 54 L.: 29 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

6

FESTIVO

7

NO LECTIVO

8

FESTIVO

9 765 Kcal. P.: 12 HC.: 47 L.: 36 G.: 5
LENTEJAS A LA JARDINERA
 VEGETABLE LENTILS
CROQUETAS ARTESANAS DE JAMÓN
 HAM CROQUETTES
MAÍZ Y ZANAHORIA RALLADA
 SWEETCORN AND GRATED CARROTS
FRUTA
 FRUIT

10 689 Kcal. P.: 13 HC.: 49 L.: 36 G.: 7
PAELLA DE VERDURAS
 PAELLA WITH VEGETABLES
TORTILLA DE ATÚN
 TUNA OMELETTE
ENSALADA DE LECHUGA, MAÍZ Y PEPINO
 LETTUCE, CUCUMBER AND SWEETCORN SALAD
FRUTA
 FRUIT

13

652 Kcal. P.: 25 HC.: 25 L.: 48 G.: 13
BRÓCOLI GRATINADO
 BAKED BROCCOLI
POLLO A LA HORTELANA
 VEGETABLE CHICKEN
PATATAS FRITAS
 FRENCH FRIES
FRUTA
 FRUIT

14 758 Kcal. P.: 15 HC.: 37 L.: 42 G.: 8
ALUBIAS BLANCAS GUIADAS CON ZANAHORIA
 HARICOT BEANS AND CARROT STEW
TORTILLA DE PATATAS
 SPANISH OMELETTE
LECHUGA Y TOMATE
 LETTUCE AND TOMATO
FRUTA
 FRUIT

15 645 Kcal. P.: 16 HC.: 38 L.: 44 G.: 14
FIDEOS A LA CAZUELA
 HOME-MADE NOODLES
ALBÓNDIGAS EN SALSA
 MEATBALLS WITH SAUCE
FRUTA
 FRUIT

16 641 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

17 800 Kcal. P.: 14 HC.: 47 L.: 38 G.: 7
ARROZ CALDOSO
 RICE AND VEGETABLE STEW
BOQUERÓN ANDALUZA (ENHARINADO Y FRITO)
 ANDALUSIAN STYLE ANCHOVY
TOMATE Y OLIVAS
 TOMATO AND OLIVES
FRUTA
 FRUIT

20

678 Kcal. P.: 18 HC.: 38 L.: 39 G.: 8
LENTEJAS CASERAS ESTOFADAS CON CHORIZO Y VERDURITAS
 HOMEMADE LENTIL AND CHORIZO STEW
HUEVOS FRITOS
 FRIED EGGS
GUISANTES REHOGADOS
 PEAS WITH OLIVE OIL
FRUTA
 FRUIT

21 621 Kcal. P.: 18 HC.: 52 L.: 28 G.: 6
ARROZ CON TOMATE Y ORÉGANO
 RICE WITH TOMATO SAUCE Y OREGANO
MERLUZA EN SALSA VERDE
 HAKE IN GREEN SAUCE
ENSALADA CON BROTES DE JUDIA
 MUNG BEAN SPROUT SALAD
YOGUR
 YOGHURT

22 719 Kcal. P.: 8 HC.: 44 L.: 46 G.: 8
MENU ESPECIAL DE NAVIDAD
SOPA DE NAVIDAD
 CHRISTMAS SOUP
SAN JACOBO DE PAVO
 TURKEY & CHEESE "SAN JACOBO"
ENSALADA ESPECIAL
 SPECIAL SALAD
GELATINA DE FRESA
 STRAWBERRY GELATIN

□

□

□

□

□

□

□



¡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.

