

LUNES

MARTES

MIÉRCOLES

JUEVES

VIERNES

□

□

1 579 Kcal. P.: 17 HC.: 56 L.: 25 G.: 5

ARROZ MAR Y MONTAÑA
SEA AND MOUNTAIN RICE
MERLUZA A LA JARDINERA
HAKE WITH VEGETABLES
FRUTA
FRUIT

2 638 Kcal. P.: 27 HC.: 28 L.: 44 G.: 13

SOPA DE ESTRELLAS
PASTA STAR SOUP
POLLO AL HORNO
CHICKEN ROAST
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

10 691 Kcal. P.: 13 HC.: 49 L.: 36 G.: 7

PAELLA DE VERDURAS
PAELLA WITH VEGETABLES
TORTILLA DE ATÚN
TUNA OMELETTE
LECHUGA Y TOMATE
LETTUCE AND TOMATO
FRUTA
FRUIT

13 715 Kcal. P.: 22 HC.: 31 L.: 44 G.: 10

CREMA DE VERDURAS
VEGETABLE CREAM
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

20 662 Kcal. P.: 19 HC.: 39 L.: 36 G.: 8

LENTEJAS CASERAS ESTOFADAS CON CHORIZO Y
VERDURITAS
HOMEMADE LENTIL AND CHORIZO STEW
HUEVOS REVUELTOS
SCRAMBLED EGGS
GUISANTES REHOGADOS
PEAS WITH OLIVE OIL
FRUTA
FRUIT

21 639 Kcal. P.: 17 HC.: 50 L.: 31 G.: 7

ARROZ CON TOMATE
RICE WITH TOMATO SAUCE
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.

