

LUNES

MARTES

MIÉRCOLES

JUEVES

VIERNES

1

FESTIVO

2

706 Kcal. P.: 18 HC.: 45 L.: 35 G.: 11

ESPIRALES A LA CREMA (SALTEADAS CON NATA)
PASTA SPIRALS WITH CREAM
HAMBURGUESA DE TERNERA A LA PLANCHA
GRILLED BEEF BURGER
MAÍZ Y ZANAHORIA RALLADA
SWEETCORN AND GRATED CARROTS
FRUTA
FRUIT

3

832 Kcal. P.: 27 HC.: 21 L.: 51 G.: 15

CREMA DE PUERROS Y EMENTAL
CREAM OF LEEK SOUP AND CHEESE
POLLO ASADO
ROAST CHICKEN
PATATAS FRITAS
FRENCH FRIES
YOGUR
YOGHURT

4

728 Kcal. P.: 18 HC.: 41 L.: 40 G.: 7

ARROZ CON TOMATE NATURAL Y OLIVAS NEGRAS
RICE WITH FRESH TOMATO AND BLACK OLIVES
PALOMETA AL HORNO EN MOJO CANARIO (VERDE)
PALOMETA IN MOJO CANARIO
LECHUGA Y PEPINO
LETTUCE AND CUCUMBER
YOGUR
YOGHURT

5

589 Kcal. P.: 21 HC.: 45 L.: 29 G.: 6

LENTEJAS CON VERDURAS
LENTILS WITH VEGETABLES
HUEVOS ROTOS CLASICOS, PATATAS Y JAMON SERRANO
CLASSICS EGGS BROKEN, POTATOES AND HAM
FRUTA
FRUIT

8

720 Kcal. P.: 15 HC.: 43 L.: 39 G.: 10

FIDEUA CON VERDURITAS
VEGETABLE FIDEUA
TORTILLA DE QUESO
CHEESE OMELETTE
ENSALADA DE LECHUGA, CEBOLLA Y TOMATE
LETTUCE, ONION AND TOMATO SALAD
FRUTA
FRUIT

9

743 Kcal. P.: 23 HC.: 31 L.: 44 G.: 13

CREMA DE CALABACÍN NATURAL CON PICATOSTES
CREAM OF COURGETTE WITH CROUTONS
CONTRAMUSLO DE POLLO AL AJILLO
CHICKEN THIGH WITH GARLIC
TOMATE EN DADOS
DICED TOMATO
NATILLAS
CUSTARD CREAM

10

538 Kcal. P.: 23 HC.: 43 L.: 27 G.: 4

ALUBIAS BLANCAS GUIADAS CON SETAS
WHITE BEANS STEWED WITH MUSHROOMS
FILETE DE MERLUZA AL HORNO
BAKED HAKE FILLET
ENSALADA DE LECHUGA, MAÍZ Y PEPINO
LETTUCE, CUCUMBER AND SWEETCORN SALAD
FRUTA
FRUIT

11

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

12

728 Kcal. P.: 16 HC.: 46 L.: 36 G.: 5

RECETA FISH REVOLUTION
ARROZ EN PAELLA CON VERDURAS
PAELLA WITH VEGETABLES
GALLO SAN PEDRO AL HORNO ENCEBOLLADO CON OLIVAS
BAKED FISH WITH ONIONS AND OLIVES
FRUTA
FRUIT

15

692 Kcal. P.: 9 HC.: 34 L.: 54 G.: 10

VERDURA TRICOLOR (BROCOLI, JUDIA VERDE Y ZANAHORIA)
TRICOLOR VEGETABLES
EMPANADO DE PAVO Y QUESO
BREADED TURKEY AND CHEESE
LECHUGA Y MAÍZ
LETTUCE AND SWEETCORN
YOGUR
YOGHURT

16

621 Kcal. P.: 17 HC.: 39 L.: 39 G.: 8

LENTEJAS ESTOFADAS CON ARROZ INTEGRAL
LENTILS STEW WITH INTEGRAL RICE
TORTILLA FRANCESA AL OREGANO
OREGANO FRENCH OMELETTE
LECHUGA Y TOMATE
LETTUCE AND TOMATO
FRUTA
FRUIT

17

453 Kcal. P.: 20 HC.: 36 L.: 42 G.: 14

MAR DE TASMANIA: NUEVA ZELANDA
KIHU PARA OA HUPA (SOPA MAORÍ DE FIDEOS Y VERDURA)
KIHU PARA OA HUPA (MAORI PASTA AND VEGETABLE SOUP)
HANGI MAORÍ (CERDO ASADO CON VERDURAS)
HANGI MAORI (ROASTED PORK WITH VEGETABLES)
PASTEL DE KIVI
KIVI CAKE

18

798 Kcal. P.: 17 HC.: 45 L.: 36 G.: 6

MACARRONES A LA NAPOLITANA
NAPOLITANA STYLE MACARONI
ABADEJO EN ADOBO
MARINATED FISH
TOMATE Y OLIVAS
TOMATO AND OLIVES
FRUTA
FRUIT

19

507 Kcal. P.: 14 HC.: 43 L.: 39 G.: 9

CREMA DE ZANAHORIAS GRATINADA CON QUESO
CREAM OF CARROTS SOUP AU GRATIN WITH CHEESE SOUP
FILETE DE POLLO AL AJILLO
GARLIC CHICKEN
PATATAS FRITAS
FRENCH FRIES
FRUTA
FRUIT

22

632 Kcal. P.: 15 HC.: 38 L.: 45 G.: 14

CREMA DE CALABAZA, ROMERO Y NARANJA
PUMPKIN CREAM WITH ROSEMARY AND ORANGE
ALBÓNDIGAS CON ZANAHORIAS Y GUISANTES
MEATBALLS WITH CARROTS AND PEAS
FRUTA
FRUIT

23

597 Kcal. P.: 21 HC.: 34 L.: 39 G.: 10

ALUBIAS BLANCAS CON PUERRO Y SALSA DE CÚRCUMA
WHITE BEANS WITH LEEK AND CURCUMA SAUCE
TORTILLA DE CALABACÍN
COURGETTE OMELETTE
LECHUGA Y ZANAHORIA RALLADA
LETTUCE AND SHREDDED CARROT
YOGUR
YOGHURT

24

668 Kcal. P.: 17 HC.: 50 L.: 30 G.: 6

JORNADA FISH REVOLUTION
ESPAGUETIS CON TOMATE Y QUESO RALLADO
SPAGHETTI WITH TOMATO AND GRATED CHEESE
RUSTIDERA DE MERLUZA CON PATATA MARINA
HAKE WITH SEA POTATO
TOMATE ALIÑADO
TOMATO
FRUTA
FRUIT

25

696 Kcal. P.: 19 HC.: 46 L.: 32 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
NATILLAS
CUSTARD CREAM

26

816 Kcal. P.: 20 HC.: 42 L.: 37 G.: 9

ARROZ TRES DELICIAS (CON GUISANTES, MAÍZ Y ZANAHORIA)
CHINESE RICE (CARROT, SWEETCORN AND PEAS)
POLLO ASADO CON TOMILLO
ROAST CHICKEN WITH THYME
LECHUGA Y PIMIENTO ROJO
LETTUCE AND RED PEPPER
FRUTA
FRUIT

29

747 Kcal. P.: 18 HC.: 35 L.: 43 G.: 9

LENTEJAS CON VERDURAS
LENTILS WITH VEGETABLES
TORTILLA DE PATATAS
SPANISH OMELETTE
ENSALADA DE LECHUGA Y TOMATE
LETTUCE AND TOMATO SALAD
YOGUR
YOGHURT

30

592 Kcal. P.: 17 HC.: 32 L.: 47 G.: 14

JUDÍAS VERDES CON TOMATE
GREEN BEANS WITH TOMATO SAUCE
SECRETO DE CERDO AL HORNO
GRILLED PORK SECRET
PATATA ASADA
ROAST POTATOES
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.

