

LUNES

MARTES

MIÉRCOLES

JUEVES

VIERNES

1

4

11

18

25

2

5

12

19

26

3

6

13

20

27

4

7

14

21

28

5

8

15

22

29

790 Kcal. P.: 12 HC.: 43 L.: 44 G.: 13

ARROZ CON TOMATE
RICE WITH TOMATO SAUCE
LOMO AL GRILL
GRILLED PORK LOIN
LECHUGA Y ZANAHORIA RALLADA
LETTUCE AND SHREDED CARROT
FRUTA
FRUIT

732 Kcal. P.: 8 HC.: 55 L.: 35 G.: 6

JORNADA FISH REVOLUTION
ARROZ MILANESA DE MAR
MILANESE SEA RICE
FILETE DE ABADEJO EMPANADO
BREADED FISH FILLET
ENSALADA DE LECHUGA, MAÍZ, JUDIA BROTE Y ZANAHORIA
SALAD WITH LETTUCE, SWEETCORN, MUNG BEANS AND CARROT
FRUTA
FRUIT

673 Kcal. P.: 16 HC.: 31 L.: 50 G.: 16

JUDÍAS VERDES REHOGADAS CON PIMENTÓN
GREEN BEANS WITH OLIVE OIL AND PAPRIKA
ALBÓNDIGAS A LA NAPOLITANA
MEATBALLS TO "NAPOLITAN"
ARROZ INTEGRAL
WHOLE MEAL RICE
YOGUR
YOGHURT

795 Kcal. P.: 16 HC.: 45 L.: 37 G.: 7

RECETA FISH REVOLUTION
FIDEUA CON VERDURITAS
VEGETABLE FIDEUÀ
BOQUERON ANDALUZA (ENHARINADO Y FRITO)
ANDALUSIAN STYLE ANCHOVY
CON SALSIMOJO
WITH SALSIMOJO
FRUTA
FRUIT

869 Kcal. P.: 14 HC.: 39 L.: 46 G.: 14

MENÚ ESPECIAL DE HALLOWEEN
MACARRONES CON SALSINA DE CALABAZA Y QUESO
MACARONI WITH PUMPKIN AND CHEESE SAUCE
LONGANIZAS CON TOMATE
SAUSAGES WITH TOMATO
CHAMPIÑONES
MUSHROOMS
FRUTA
FRUIT



LENTEJAS ESTOFADAS CON ARROZ INTEGRAL
LENTILS STEW WITH INTEGRAL RICE
HAMBURGUESA DE TERNERA CON CEBOLLA CARAMELIZADA
BEEF BURGER WITH CARAMELISED ONION
FRUTA
FRUIT

MACARRONES CON QUESO Y OREGANO
MACARRONES WITH CHEESE AND ORIGAN
TORTILLA DE JAMÓN YORK
HAM OMELETTE
LECHUGA Y COL LOMBARDA
LETTUCE AND RED CABBAGE
FRUTA
FRUIT

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
YOGUR
YOGHURT

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
FRUTA
FRUIT

616 Kcal. P.: 13 HC.: 55 L.: 30 G.: 6

ARROZ TRES DELICIAS (CON GUISANTES, MAÍZ Y ZANAHORIA)
CHINESE RICE (CARROT, SWEETCORN AND PEAS)
REVUELTO ARAGONES CON HUEVO, JAMON, PATATA Y PIMIENTO VERDE
SCRAMBLED EGGS WITH HAM, POTATO AND GREEN PEPPER
FRUTA
FRUIT

667 Kcal. P.: 23 HC.: 33 L.: 38 G.: 9

MAR MEDITERRÁNEO: MARRUECOS
LOUBIA (ALUBIAS BLANCAS MARROQUÍ)
LOUBIA (MOROCCAN WHITE BEANS)
POLLO ESTILO MARROQUÍ
MOROCCAN STYLE CHICKEN
LECHUGA Y PEPINO
LETTUCE AND CUCUMBER
FRUTA
FRUIT

NO LECTIVO

FESTIVO

572 Kcal. P.: 18 HC.: 43 L.: 33 G.: 6

LENTEJAS GUISADAS CON ZANAHORIA CONFITADA Y JENGIBRE
LENTILS STEWED WITH CARROT CONFIT AND GINGER
HUEVOS FRITOS CON PISTO
FRIED EGGS WITH RATATOUILLE
FRUTA
FRUIT

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

747 Kcal. P.: 15 HC.: 46 L.: 36 G.: 6

PAELLA ALICANTINA
ALACANT PAELLA
MEDALLON DE BACALAO AL HORNO CON LIMON Y CAMA DE CEBOLLA
BAKED COD MEDALLION WITH LEMON AND ONION
LECHUGA
LETTUCE
FRUTA
FRUIT

599 Kcal. P.: 18 HC.: 50 L.: 28 G.: 10

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
FRUTA
FRUIT

664 Kcal. P.: 8 HC.: 46 L.: 43 G.: 7

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

732 Kcal. P.: 16 HC.: 38 L.: 40 G.: 7

ALUBIAS BLANCAS CON VERDURAS CON SALSINA DE AZAFRÁN
WHITE BEANS WITH VEGETABLES WITH SAFFRON SAUCE
TORTILLA DE PATATAS
SPANISH OMELETTE
TOMATE EN DADOS
DICED TOMATO
FRUTA
FRUIT

656 Kcal. P.: 27 HC.: 30 L.: 41 G.: 13

SOPA MARAVILLA
PASTA SOUP
POLLO ASADO AL ESTILO CAJUN
CAJUN ROASTED CHICKEN
GUISANTES
PEAS
YOGUR
YOGHURT

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

¡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.

