

LUNES 5

VACACIONES DE FIN DE CURSO

MARTES 6

VACACIONES DE FIN DE CURSO

MIÉRCOLES 1

Judías Blancas Guisadas
Cinta de Lomo a la Plancha
Verduritas
Yogur o Fruta, Pan y Agua
761 Kcal. 21,4% Prot. 49,5% H.C. 28,7% Lip.
SUGERENCIA DE CENA:
Verdura y Pollo

JUEVES 2

Paella Valenciana
Merluza a la Bilbaína
Ensalada Mixta
P. Lácteo o Fruta, Pan y Agua
795 Kcal. 19,1% Prot. 43,9% H.C. 36,9% Lip.
SUGERENCIA DE CENA:
Verdura y Pescado

VIERNES 3

Brócoli Rehogado
Filete de Pollo
Patatas Panadera
Fruta Variada, Pan y Agua
673 Kcal. 17,4% Prot. 51,8% H.C. 30,4% Lip.
SUGERENCIA DE CENA:
Sopa y Huevo

LUNES 6

Arroz Cantones
Merluza en Salsa Verde
Ens de Lechuga y Tomate
Fruta Variada, Pan y Agua
824 Kcal. 19,3% Prot. 50,7% H.C. 29,5% Lip.
SUGERENCIA DE CENA:
Verdura y Pavo

MARTES 7

Crema de Calabaza
Albóndigas a la Cazuela
Patatas Dado
Fruta Variada, Pan y Agua
646 Kcal. 20% Prot. 47,2% H.C. 32,6% Lip.
SUGERENCIA DE CENA:
Sopa y Pescado

MIÉRCOLES 8

Macarrones al Queso
Tortilla Francesa de Jamón
Verduritas Dado
Yogur o Fruta, Pan y Agua
715 Kcal. 15,4% Prot. 48,8% H.C. 35,6% Lip.
SUGERENCIA DE CENA:
Verdura y Ternera

JUEVES 9

Patatas Guisadas
Contramuslo a la Plancha
Verduritas
P. Lácteo o Fruta, Pan y Agua
669 Kcal. 13,8% Prot. 42% H.C. 43,9% Lip.
SUGERENCIA DE CENA:
Verdura y Pescado

VIERNES 10

Sopa de Cocido
Cocido Completo
Fruta Variada, Pan y Agua
849 Kcal. 20,1% Prot. 41,9% H.C. 37,9% Lip.
SUGERENCIA DE CENA:
Verdura y Huevo

LUNES 13

Espirales a la Boloñesa
Merluza a la Marinera
Verduritas
Fruta Variada, Pan y Agua
710 Kcal. 19,9% Prot. 53,3% H.C. 26,4% Lip.
SUGERENCIA DE CENA:
Verdura y Lomo

MARTES 14

Salmorejo
Filete de Pollo a la Plancha
Ens de Lechuga y Tomate
Fruta Variada, Pan y Agua
686 Kcal. 17,3% Prot. 49,5% H.C. 32,6% Lip.
SUGERENCIA DE CENA:
Verdura y Pescado

MIÉRCOLES 15

Judías Pintas con Chorizo
Huevos a la Villaroy
Ens de Lechuga y Maíz
Yogur o Fruta, Pan y Agua
803 Kcal. 18,4% Prot. 40,9% H.C. 40,5% Lip.
SUGERENCIA DE CENA:
Verdura y Pollo

JUEVES 16

Arroz a la Milanesa
Bacalao a la Andaluza
Zanahoria Baby
P. Lácteo o Fruta, Pan y Agua
811 Kcal. 16,4% Prot. 50,6% H.C. 32,9% Lip.
SUGERENCIA DE CENA:
Verdura y Huevo

VIERNES 17

Crema Hortelana
Lomo en Salsa
Patatas Fritas
Fruta Variada, Pan y Agua
586 Kcal. 20,1% Prot. 40,4% H.C. 39% Lip.
SUGERENCIA DE CENA:
Verdura y Pescado

LUNES 20

Lentejas a la Madrileña
Tortilla Española
Ensalada Mixta
Fruta Variada, Pan y Agua
862 Kcal. 16,1% Prot. 40,9% H.C. 42,6% Lip.
SUGERENCIA DE CENA:
Verdura y Lomo

MARTES 21

Arroz Tres Delicias
Merluza a la Espalda
Ens de Lechuga y Cebolla
Fruta Variada, Pan y Agua
743 Kcal. 14% Prot. 50,3% H.C. 35,6% Lip.
SUGERENCIA DE CENA:
Verdura y Pavo

MIÉRCOLES 22

Crema de Calabacín
Chuleta de Cerdo a la Plancha
Patatas Panadera
Yogur o Fruta, Pan y Agua
584 Kcal. 15,3% Prot. 43,3% H.C. 41,2% Lip.
SUGERENCIA DE CENA:
Sopa y Pescado

JUEVES 23

COMIDA ESPECIAL
FIN DE CURSO
SUGERENCIA DE CENA:
Verdura y Pescado

VIERNES 24

Sopa de Estrellas
Pollo en Salsa
Salteado de Verduras
Fruta Variada, Pan y Agua
584 Kcal. 17,6% Prot. 50,2% H.C. 31,8% Lip.
SUGERENCIA DE CENA:
Verdura y Huevo

LUNES 27

VACACIONES DE FIN DE CURSO

MARTES 28

VACACIONES DE FIN DE CURSO

MIÉRCOLES 29

VACACIONES DE FIN DE CURSO

JUEVES 30

VACACIONES DE FIN DE CURSO

VACACIONES DE FIN DE CURSO

LEYENDA

- cacahuete
- mostaza
- apio
- soja
- altramuces
- frutos de cáscara
- crustáceos
- sésamo
- gluten
- pescado
- huevo
- leche

Primaria y Secundaria



LUNES 5
VACACIONES DE FIN DE CURSO

MARTES 6
VACACIONES DE FIN DE CURSO

MIÉRCOLES 1
Judías Blancas Guisadas
Cinta de Lomo a la Plancha
Verduritas
Yogur o Fruta, Pan y Agua
 574 Kcal. 20,7% Prot. 49,9% H.C. 29% Lip.

JUEVES 2
Paella Valenciana
Merluza a la Bilbaína
Ensalada Mixta
P. Lácteo o Fruta, Pan y Agua
 732 Kcal. 19% Prot. 42,6% H.C. 38,2% Lip.

VIERNES 3
Brócoli Rehogado
Filete de Pollo
Ens de Lechuga y Tomate
Fruta Variada, Pan y Agua
 528 Kcal. 17,2% Prot. 51,5% H.C. 31% Lip.

LUNES 6
Arroz Cantones
Merluza en Salsa Verde
Ens de Lechuga y Tomate
Fruta Variada, Pan y Agua
 644 Kcal. 19,2% Prot. 50,3% H.C. 30,3% Lip.

MARTES 7
Crema de Calabaza
Albóndigas a la Cazuela
Patatas Dado
Fruta Variada, Pan y Agua
 564 Kcal. 17,8% Prot. 50,6% H.C. 31,5% Lip.

MIÉRCOLES 8
Macarrones al Queso
Tortilla Francesa de Jamón
Verduritas Dado
Yogur o Fruta, Pan y Agua
 619 Kcal. 16,3% Prot. 44% H.C. 39,4% Lip.

JUEVES 9
Patatas Guisadas
Contramuslo a la Plancha
Ensalada del Chef
P. Lácteo o Fruta, Pan y Agua
 569 Kcal. 13,5% Prot. 44,2% H.C. 41,9% Lip.

VIERNES 10
Sopa de Cocido
Cocido Completo
Fruta Variada, Pan y Agua
 496 Kcal. 19,4% Prot. 47,3% H.C. 33,2% Lip.

LUNES 13
Espirales a la Boloñesa
Merluza a la Marinera
Verduritas
Fruta Variada, Pan y Agua
 562 Kcal. 19,6% Prot. 53,1% H.C. 27% Lip.

MARTES 14
Salmorejo
Filete de Pollo a la Plancha
Ens de Lechuga y Tomate
Fruta Variada, Pan y Agua
 449 Kcal. 17,7% Prot. 48,5% H.C. 33,2% Lip.

MIÉRCOLES 15
Judías Pintas con Chorizo
Huevos a la Villaroy
Ens de Lechuga y Maíz
Yogur o Fruta, Pan y Agua
 725 Kcal. 16,7% Prot. 40% H.C. 43,3% Lip.

JUEVES 16
Arroz a la Milanesa
Bacalao a la Andaluza
Zanahoria Baby
P. Lácteo o Fruta, Pan y Agua
 667 Kcal. 15,6% Prot. 53,4% H.C. 31% Lip.

VIERNES 17
Crema Hortelana
Lomo en Salsa
Patatas Fritas
Fruta Variada, Pan y Agua
 499 Kcal. 18,1% Prot. 39,1% H.C. 42,3% Lip.

LUNES 20
Lentejas a la Madrileña
Tortilla Española
Ensalada Mixta
Fruta Variada, Pan y Agua
 678 Kcal. 15,1% Prot. 34,4% H.C. 50% Lip.

MARTES 21
Arroz Tres Delicias
Merluza a la Espalda
Ens de Lechuga y Cebolla
Fruta Variada, Pan y Agua
 576 Kcal. 13,8% Prot. 50,9% H.C. 35,3% Lip.

MIÉRCOLES 22
Crema de Calabacín
Chuleta de Cerdo a la Plancha
Patatas Panadera
Yogur o Fruta, Pan y Agua
 472 Kcal. 14,3% Prot. 45,1% H.C. 40,4% Lip.

JUEVES 23
COMIDA ESPECIAL
FIN DE CURSO

VIERNES 24
Sopa de Estrellas
Pollo en Salsa
Salteado de Verduras
Fruta Variada, Pan y Agua
 495 Kcal. 16,9% Prot. 53,9% H.C. 28,8% Lip.

LUNES 27
VACACIONES DE FIN DE CURSO

MARTES 28
VACACIONES DE FIN DE CURSO

MIÉRCOLES 29
VACACIONES DE FIN DE CURSO

JUEVES 30
VACACIONES DE FIN DE CURSO

VIERNES 31
VACACIONES DE FIN DE CURSO

LEYENDA

- cacahuete
- mostaza
- apio
- soja
- moluscos
- altramuces
- frutos de cáscara
- crustáceos
- sésamo
- sulfitos
- gluten
- pescado
- huevo
- leche
- puede contener trazas de varios alérgenos

Infantil





[Empty box]

[Empty box]

MIÉRCOLES 1
 Judías Blancas Guisadas
 Cinta de Lomo a la Plancha
 Verduritas
 Yogur o Fruta, Pan y Agua
 574 Kcal. 20,7% Prot. 49,9% H.C. 29% Lip.

JUEVES 2
 Paella Valenciana
 Merluza a la Bilbaína
 Ensalada Mixta
 P. Lácteo o Fruta, Pan y Agua
 732 Kcal. 19% Prot. 42,6% H.C. 38,2% Lip.

VIERNES 3
 Brócoli Rehogado
 Filete de Pollo
 Ens de Lechuga y Tomate
 Fruta Variada, Pan y Agua
 528 Kcal. 17,2% Prot. 51,5% H.C. 31% Lip.

LUNES 6
 Arroz Cantones
 Merluza en Salsa Verde
 Ens de Lechuga y Tomate
 Fruta Variada, Pan y Agua
 644 Kcal. 19,2% Prot. 50,3% H.C. 30,3% Lip.

MARTES 7
 Crema de Calabaza
 Albóndigas Caseras a la Cazuela
 Patatas Dado
 Fruta Variada, Pan y Agua
 564 Kcal. 17,8% Prot. 50,6% H.C. 31,5% Lip.

MIÉRCOLES 8
 Espaguetis al Queso
 Tortilla Francesa de J York Extr
 Verduritas Dado
 Yogur o Fruta, Pan y Agua
 619 Kcal. 16,3% Prot. 44% H.C. 39,4% Lip.

JUEVES 9
 Patatas Guisadas
 Contramuslo a la Plancha
 Verduritas
 P. Lácteo o Fruta, Pan y Agua
 569 Kcal. 13,5% Prot. 44,2% H.C. 41,9% Lip.

VIERNES 10
 Sopa de Cocido con Fideos
 Cocido Completo
 Fruta Variada, Pan y Agua
 496 Kcal. 19,4% Prot. 47,3% H.C. 33,2% Lip.

SUGERENCIA DE CENA:
 Verdura y Pavo

SUGERENCIA DE CENA:
 Sopa y Pescado

SUGERENCIA DE CENA:
 Verdura y Ternera

SUGERENCIA DE CENA:
 Verdura y Pescado

SUGERENCIA DE CENA:
 Verdura y Huevo

LUNES 13
 Macarrones a la Boloñesa
 Merluza a la Marinera
 Verduritas
 Fruta Variada, Pan y Agua
 562 Kcal. 19,6% Prot. 53,1% H.C. 27% Lip.

MARTES 14
 Salmorejo
 Filete de Pollo a la Plancha
 Ens de Lechuga y Tomate
 Fruta Variada, Pan y Agua
 449 Kcal. 17,7% Prot. 48,5% H.C. 33,2% Lip.

MIÉRCOLES 15
 Judías Pintas con Chorizo
 Tortilla Francesa
 Ens de Lechuga y Maíz
 Yogur o Fruta, Pan y Agua
 725 Kcal. 16,7% Prot. 40% H.C. 43,3% Lip.

JUEVES 16
 Arroz a la Milanesa
 Bacalao a la Andaluza
 Zanahoria Baby
 P. Lácteo o Fruta, Pan y Agua
 667 Kcal. 15,6% Prot. 53,4% H.C. 31% Lip.

VIERNES 17
 Crema Hortelana
 Lomo en Salsa
 Patatas Fritas
 Fruta Variada, Pan y Agua
 499 Kcal. 18,1% Prot. 39,1% H.C. 42,3% Lip.

SUGERENCIA DE CENA:
 Verdura y Lomo

SUGERENCIA DE CENA:
 Verdura y Pescado

SUGERENCIA DE CENA:
 Verdura y Pollo

SUGERENCIA DE CENA:
 Verdura y Huevo

SUGERENCIA DE CENA:
 Verdura y Pescado

LUNES 20
 Lentejas a la Madrileña
 Tortilla Española
 Ensalada Mixta
 Fruta Variada, Pan y Agua
 678 Kcal. 15,1% Prot. 34,4% H.C. 50% Lip.

MARTES 21
 Arroz Tres Delicias
 Merluza a la Espalda
 Ens de Lechuga y Cebolla
 Fruta Variada, Pan y Agua
 576 Kcal. 13,8% Prot. 50,9% H.C. 35,3% Lip.

MIÉRCOLES 22
 Crema de Calabacín
 Chuleta de Cerdo a la Plancha
 Patatas Panadera
 Yogur o Fruta, Pan y Agua
 472 Kcal. 14,3% Prot. 45,1% H.C. 40,4% Lip.

JUEVES 23
COMIDA ESPECIAL
 FIN DE CURSO
 P. Lácteo o Fruta, Pan y Agua

VIERNES 24
 Sopa de Fideos
 Pollo en Salsa
 Salteado de Verduras
 Fruta Variada, Pan y Agua
 495 Kcal. 16,9% Prot. 53,9% H.C. 28,8% Lip.

SUGERENCIA DE CENA:
 Verdura y Lomo

SUGERENCIA DE CENA:
 Verdura y Pavo

SUGERENCIA DE CENA:
 Sopa y Pescado

SUGERENCIA DE CENA:
 Verdura y Pescado

SUGERENCIA DE CENA:
 Verdura y Huevo

LUNES 27
VACACIONES DE
FIN DE CURSO

MARTES 28
VACACIONES DE
FIN DE CURSO

MIÉRCOLES 29
VACACIONES DE
FIN DE CURSO

JUEVES 30
VACACIONES DE
FIN DE CURSO

[Empty box]

LEYENDA

- 🌰 - cacahuete
- 🍄 - altramuzes
- 🍷 - gluten
- 🌿 - mostaza
- 🥥 - frutos de cáscara
- 🐟 - pescado
- 🌱 - apio
- 🦀 - crustáceos
- 🥚 - huevo
- 🌱 - soja
- 🌱 - sésamo
- 🥛 - leche
- 🐚 - moluscos
- 🧂 - sulfitos
- ⚠️ - puede contener trazas de varios alérgenos

Intolerancia al Gluten

