



LUNES 6

Pasta cremoso Champi y Ajo
Fil de Merluza a la Andaluza
Ens de Lechuga y Maiz
Fruta Variada, Pan y Agua
867 Kcal. 41,37g Prot. 104,3g H.C. 32,03g Lip.
SUGERENCIA DE CENA:
Verdura y Pavo

MARTES 1

Judías Pintas con Arroz
Tortilla Fr de Calabacín
Ens de Lechuga y Remolacha
Fruta Variada, Pan y Agua
819 Kcal. 38,4g Prot. 76,07g H.C. 46,38g Lip.
SUGERENCIA DE CENA:
Verdura y Pollo

MIÉRCOLES 2

Espaguetis con Berenjena
Palometa al Limón
Verduritas Dado
Yogur o Fruta, Pan y Agua
843 Kcal. 49,23g Prot. 126,5g H.C. 25,07g Lip.
SUGERENCIA DE CENA:
Verdura y Lomo

JUEVES 3

Crema de Calabaza
Pollo en Pepitoria
Patatas Fritas
Fruta Variada, Pan y Agua
746 Kcal. 31,45g Prot. 58,71g H.C. 41,21g Lip.
SUGERENCIA DE CENA:
Sopa y Pescado

VIERNES 4

Arroz a la Milanesa
Filete Ruso en Salsa
Zanahoria Baby
P. Lácteo o Fruta, Pan y Agua
856 Kcal. 29,04g Prot. 105g H.C. 47,68g Lip.
SUGERENCIA DE CENA:
Verdura y Pescado

LUNES 7

Pasta cremoso Champi y Ajo
Fil de Merluza a la Andaluza
Ens de Lechuga y Maiz
Fruta Variada, Pan y Agua
867 Kcal. 41,37g Prot. 104,3g H.C. 32,03g Lip.
SUGERENCIA DE CENA:
Verdura y Pavo

MARTES 8

Crema de Coliflor
Revuelto de Jamón de Pavo
Patatas Panadera
Fruta Variada, Pan y Agua
745 Kcal. 30,03g Prot. 57,62g H.C. 41,84g Lip.
SUGERENCIA DE CENA:
Sopa y Pescado

MIÉRCOLES 9

Arroz con Magro
Bacalao a la Vizcaína
Zanahoria Glaseada
Yogur o Fruta, Pan y Agua
761 Kcal. 34,88g Prot. 99,25g H.C. 23,01g Lip.
SUGERENCIA DE CENA:
Verdura y Ternera

JUEVES 10

Sopa de Cocido
Cocido Completo
Fruta Variada, Pan y Agua
771 Kcal. 35,96g Prot. 74,37g H.C. 36,75g Lip.
SUGERENCIA DE CENA:
Verdura y Huevo

VIERNES 11

Marmitako
Pollo Asado
Salteado de Verduras
P. Lácteo o Fruta, Pan y Agua
712 Kcal. 30,99g Prot. 70,84g H.C. 31,4g Lip.
SUGERENCIA DE CENA:
Verdura y Pescado

LUNES 14

Arroz Tres Delicias
Magro Tikka Masala
Verduritas
Fruta Variada, Pan y Agua
882 Kcal. 39,95g Prot. 109,4g H.C. 29,29g Lip.
SUGERENCIA DE CENA:
Verdura y Pescado

MARTES 15

Espirales con Chorizo
Abadejo a la Marinera
Ensalada Mixta
Fruta Variada, Pan y Agua
788 Kcal. 47,54g Prot. 76,7g H.C. 30,82g Lip.
SUGERENCIA DE CENA:
Verdura y Pollo

MIÉRCOLES 16

Lentejas a la Burgalesa
Huevos a la Villarroy
Ensalada Mixta
Yogur o Fruta, Pan y Agua
748 Kcal. 28,7g Prot. 92,41g H.C. 36,54g Lip.
SUGERENCIA DE CENA:
Verdura y Lomo

JUEVES 17

Sopa de Estrellas
Jamoncitos en Salsa
Menestra Rehogada
Fruta Variada, Pan y Agua
644 Kcal. 30,79g Prot. 62,79g H.C. 30,99g Lip.
SUGERENCIA DE CENA:
Verdura y Pescado

VIERNES 18

Crema de Espinacas
Albóndigas a la jardinera
Patatas Dado
P. Lácteo o Fruta, Pan y Agua
706 Kcal. 23,73g Prot. 73,58g H.C. 37,88g Lip.
SUGERENCIA DE CENA:
Sopa y Huevo

LUNES 21

Judías Verdes con Tomate
Filete de Cerdo Empanado
Arroz Pilaf
Fruta Variada, Pan y Agua
799 Kcal. 34,8g Prot. 79,88g H.C. 35,54g Lip.
SUGERENCIA DE CENA:
Verdura y Pescado

MARTES 22

Crema Parmentier
Palometa con Tomate
Patatas Fritas
Fruta Variada, Pan y Agua
624 Kcal. 36,62g Prot. 46,65g H.C. 28g Lip.
SUGERENCIA DE CENA:
Sopa y Ternera

MIÉRCOLES 23

Macarrones al Ajillo
Contramuslo a la Plancha
Ens de Lechuga y Tomate
Yogur o Fruta, Pan y Agua
802 Kcal. 31,55g Prot. 80,38g H.C. 37,5g Lip.
SUGERENCIA DE CENA:
Verdura y Pescado

JUEVES 24

Judías Blancas Guisadas
Tortilla Paisana
Ens de Lechuga y Zanah
Fruta Variada, Pan y Agua
884 Kcal. 42,38g Prot. 62,66g H.C. 58,7g Lip.
SUGERENCIA DE CENA:
Verdura y Pollo

VIERNES 25

Arroz con Pollo
Merluza a la Navarra
Guisantes Salteados
P. Lácteo o Fruta, Pan y Agua
823 Kcal. 42,38g Prot. 109g H.C. 32,96g Lip.
SUGERENCIA DE CENA:
Verdura y Huevo

LUNES 28

Lacitos a la Aurora
Salchichas al Horno
Ensalada Verde
Fruta Variada, Pan y Agua
782 Kcal. 30,31g Prot. 91,32g H.C. 40,9g Lip.
SUGERENCIA DE CENA:
Verdura y Pescado

MARTES 29

Patatas a la Riojana
Tortilla Fr de Jamón y Queso
Ens de Lechuga y Remolacha
Fruta Variada, Pan y Agua
809 Kcal. 37,67g Prot. 62,46g H.C. 43,62g Lip.
SUGERENCIA DE CENA:
Verdura y Lomo

MIÉRCOLES 30

Arroz Oriental
Pollo a la Pizzaiola
Calabacín Salteado
Yogur o Fruta, Pan y Agua
883 Kcal. 36,72g Prot. 93,7g H.C. 60,44g Lip.
SUGERENCIA DE CENA:
Verdura y Pescado

JUEVES 31

Crema de Acelgas y Zanah
Abadejo a la Romana
Patatas al Vapor
Fruta Variada, Pan y Agua
781 Kcal. 36,6g Prot. 72,82g H.C. 36,47g Lip.
SUGERENCIA DE CENA:
Sopa y Pavo

VIERNES 31

LEYENDA

- 🌰 - cacahuete
- 🍷 - altramuzes
- 🍷 - gluten
- 🍷 - mostaza
- 🍷 - frutos de cáscara
- 🐟 - pescado
- 🌿 - apio
- 🍷 - crustáceos
- 🍷 - soja
- 🍷 - sésamo
- 🍷 - leche
- 🍷 - moluscos
- 🍷 - sulfitos
- ⚠️ - puede contener trazas de varios alérgenos

Primaria y Secundaria





LUNES 6

Arroz con Pollo
Filete de Merluza a la Andaluza
Ensalada de Lechuga y Maíz
Fruta Variada, Pan y Agua

718 Kcal. 33,11g Prot. 83,44g H.C. 25,62g Lip.

SUGERENCIA DE CENA:
Verdura y Pollo

MARTES 1

Judías Pintas con Arroz
Tortilla Fr de Calabacín
Ens de Lechuga y Remolacha
Fruta Variada, Pan y Agua

735 Kcal. 30,72g Prot. 60,85g H.C. 37,1g Lip.

SUGERENCIA DE CENA:
Verdura y Pollo

MIÉRCOLES 2

Espaguetis con Berenjena
Palometa al Limón
Verduras Dado
Yogur, Pan y Agua

734 Kcal. 39,39g Prot. 117,2g H.C. 20,06g Lip.

SUGERENCIA DE CENA:
Verdura y Lomo

JUEVES 3

Crema de Calabaza
Pollo en Pepitoria
Patatas Fritas
Fruta Variada, Pan y Agua

596 Kcal. 25,15g Prot. 46,97g H.C. 32,97g Lip.

SUGERENCIA DE CENA:
Sopa y Pescado

VIERNES 4

Arroz a la Milanesa
Filete Ruso en Salsa
Zanahoria Baby
P. Lácteo, Pan y Agua

765 Kcal. 23,24g Prot. 83,99g H.C. 38,14g Lip.

SUGERENCIA DE CENA:
Verdura y Pescado

LUNES 7

Pasta cremoso Champi y Ajo
Fil de Merluza a la Andaluza
Ens de Lechuga y Maíz
Fruta Variada, Pan y Agua

718 Kcal. 33,11g Prot. 83,44g H.C. 25,62g Lip.

SUGERENCIA DE CENA:
Verdura y Pavo

MARTES 8

Crema de Coliflor
Revuelto de Jamón de Pavo
Patatas Panadera
Fruta Variada, Pan y Agua

646 Kcal. 24,02g Prot. 46,1g H.C. 33,48g Lip.

SUGERENCIA DE CENA:
Sopa y Pescado

MIÉRCOLES 9

Arroz con Magro
Bacalao a la Vizcaína
Zanahoria Glaseada
Yogur, Pan y Agua

609 Kcal. 27,92g Prot. 79,4g H.C. 18,4g Lip.

SUGERENCIA DE CENA:
Verdura y Ternera

JUEVES 10

Sopa de Cocido
Cocido Completo
Fruta Variada, Pan y Agua

617 Kcal. 28,77g Prot. 59,5g H.C. 29,4g Lip.

SUGERENCIA DE CENA:
Verdura y Huevo

VIERNES 11

Marmitako
Pollo Asado
Salteado de Verduras
P. Lácteo, Pan y Agua

570 Kcal. 24,8g Prot. 56,67g H.C. 25,12g Lip.

SUGERENCIA DE CENA:
Verdura y Pescado

LUNES 14

Arroz Tres Delicias
Magro Tikka Masala
Verduras
Fruta Variada, Pan y Agua

705 Kcal. 31,98g Prot. 87,53g H.C. 23,44g Lip.

SUGERENCIA DE CENA:
Verdura y Pescado

MARTES 15

Espirales con Chorizo
Abadejo a la Marinera
Ensalada Mixta
Fruta Variada, Pan y Agua

631 Kcal. 38,02g Prot. 61,38g H.C. 24,66g Lip.

SUGERENCIA DE CENA:
Verdura y Pollo

MIÉRCOLES 16

Lentejas a la Burgalesa
Huevos a la Villaroy
Ens de Lechuga y Cebolla
Yogur, Pan y Agua

678 Kcal. 22,96g Prot. 73,92g H.C. 29,22g Lip.

SUGERENCIA DE CENA:
Verdura y Lomo

JUEVES 17

Sopa de Estrellas
Jamonicitos en Salsa
Menestra Rehogada
Fruta Variada, Pan y Agua

514 Kcal. 24,63g Prot. 50,22g H.C. 24,79g Lip.

SUGERENCIA DE CENA:
Verdura y Pescado

VIERNES 18

Crema de Espinacas
Albóndigas a la jardinera
Patatas Dado
P. Lácteo, Pan y Agua

644 Kcal. 18,99g Prot. 58,87g H.C. 30,3g Lip.

SUGERENCIA DE CENA:
Sopa y Huevo

LUNES 21

Judías Verdes con Tomate
Filete de Cerdo Empanado
Arroz Pilaf
Fruta Variada, Pan y Agua

639 Kcal. 27,84g Prot. 63,9g H.C. 28,43g Lip.

SUGERENCIA DE CENA:
Verdura y Pescado

MARTES 22

Crema Parmentier
Palometa con Tomate
Patatas Fritas
Fruta Variada, Pan y Agua

528 Kcal. 29,29g Prot. 37,32g H.C. 22,4g Lip.

SUGERENCIA DE CENA:
Sopa y Ternera

MIÉRCOLES 23

Macarrones al Ajillo
Contramuslo a la Plancha
Ens de Lechuga y Tomate
Yogur, Pan y Agua

641 Kcal. 25,25g Prot. 64,31g H.C. 30g Lip.

SUGERENCIA DE CENA:
Verdura y Pescado

JUEVES 24

Judías Blancas Guisadas
Tortilla Paisana
Ens de Lechuga y Zanah
Fruta Variada, Pan y Agua

787 Kcal. 33,91g Prot. 50,13g H.C. 46,96g Lip.

SUGERENCIA DE CENA:
Verdura y Pollo

VIERNES 25

Arroz con Pollo
Merluza a la Navarra
Guisantes Salteados
P. Lácteo, Pan y Agua

738 Kcal. 33,92g Prot. 86,93g H.C. 26,37g Lip.

SUGERENCIA DE CENA:
Verdura y Huevo

LUNES 28

Lacitos a la Aurora
Salchichas al Horno
Ensalada Verde
Fruta Variada, Pan y Agua

698 Kcal. 24,26g Prot. 73,06g H.C. 32,73g Lip.

SUGERENCIA DE CENA:
Verdura y Pescado

MARTES 29

Patatas a la Riojana
Tortilla Fr de Jamón y Queso
Ens de Lechuga y Remolacha
Fruta Variada, Pan y Agua

647 Kcal. 30,13g Prot. 49,97g H.C. 34,9g Lip.

SUGERENCIA DE CENA:
Verdura y Lomo

MIÉRCOLES 30

Arroz Oriental
Pollo a la Pizzaiola
Calabacín Salteado
Yogur, Pan y Agua

767 Kcal. 29,37g Prot. 74,95g H.C. 48,35g Lip.

SUGERENCIA DE CENA:
Verdura y Pescado

JUEVES 31

Crema de Acelgas y Zanah
Abadejo a la Romana
Patatas al Vapor
Fruta Variada, Pan y Agua

625 Kcal. 29,28g Prot. 58,26g H.C. 29,1g Lip.

SUGERENCIA DE CENA:
Sopa y Pavo

LEYENDA

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



LUNES 6

Pasta cremosa Champi y Ajo 
 Filet de Merluza a la Andaluza 
 Ens de Lechuga y Maiz 
 Fruta Variada, Pan y Agua

MARTES 1

Judías Pintas con Arroz
 Tortilla Fr de Calabacín 
 Ens de Lechuga y Remolacha 
 Fruta Variada, Pan y Agua

MIÉRCOLES 2

Espaguetis con Berenjena
 Palometa al Limón 
 Verduritas Dado
 Yogur o Fruta, Pan y Agua 

JUEVES 3

Crema de Calabaza
 Pollo en Salsa
 Patatas Fritas
 Fruta Variada, Pan y Agua

VIERNES 4

Arroz a la Milanese
 Filete Ruso Casero en Salsa
 Zanahoria Baby
 P. Lácteo o Fruta, Pan y Agua 

LUNES 7

Pasta cremosa Champi y Ajo 
 Filet de Merluza a la Andaluza 
 Ens de Lechuga y Maiz 
 Fruta Variada, Pan y Agua

MARTES 8

Crema de Coliflor
 Revuelto de Jamón de Pavo 
 Patatas Panadera
 Fruta Variada, Pan y Agua

MIÉRCOLES 9

Arroz con Magro
 Bacalao a la Vizcaína 
 Zanahoria Glaseada
 Yogur o Fruta, Pan y Agua 

JUEVES 10

Sopa de Fideos
 Cocido Completo
 Fruta Variada, Pan y Agua

VIERNES 11

Marmitako 
 Pollo Asado
 Salteado de Verduras
 P. Lácteo o Fruta, Pan y Agua 

LUNES 14

Arroz Tres Delicias
 Magro Tikka Masala 
 Verduritas
 Fruta Variada, Pan y Agua

MARTES 15

Macarrones con Chorizo 
 Abadejo a la Marinera 
 Ensalada Mixta 
 Fruta Variada, Pan y Agua

MIÉRCOLES 16

Crema de Zanahorias
 Tortilla Francesa 
 Ens de Lechuga y Cebolla 
 Yogur o Fruta, Pan y Agua 

JUEVES 17

Sopa de Fideos
 Jamoncitos en Salsa
 Menestra Rehogada
 Fruta Variada, Pan y Agua

VIERNES 18

Crema de Espinacas
 Albóndigas Caseras a la Jardinera
 Patatas Dado
 P. Lácteo o Fruta, Pan y Agua 

LUNES 21

Judías Verdes con Tomate
 Filete de Cerdo Empanado 
 Arroz Pilaf
 Fruta Variada, Pan y Agua

MARTES 22

Crema Parmentier
 Palometa con Tomate 
 Patatas Fritas
 Fruta Variada, Pan y Agua

MIÉRCOLES 23

Macarrones al Ajillo
 Contramuslo a la Plancha
 Ens de Lechuga y Tomate 
 Yogur o Fruta, Pan y Agua 

JUEVES 24

Judías Blancas Guisadas
 Tortilla Paisana 
 Ens de Lechuga y Zanah 
 Fruta Variada, Pan y Agua

VIERNES 25

Arroz con Pollo
 Merluza a la Navarra 
 Guisantes Salteados
 P. Lácteo o Fruta, Pan y Agua 

LUNES 28

Macarrones a la Aurora 
 Salchichas al Horno
 Ensalada Verde 
 Fruta Variada, Pan y Agua

MARTES 29

Patatas a la Riojana
 Tortilla Fr. De J. York Extra y Ques 
 Ens de Lechuga y Remolacha 
 Fruta Variada, Pan y Agua

MIÉRCOLES 30

Arroz Oriental 
 Pollo a la Pizzaiola 
 Calabacín Salteado
 Yogur o Fruta, Pan y Agua 

JUEVES 31

Crema de Acelgas y Zanah 
 Abadejo a la Romana 
 Patatas al Vapor
 Fruta Variada, Pan y Agua 

VIERNES 31

Fruta Variada, Pan y Agua

LEYENDA

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

Celiacos





LUNES 7

Pasta cremoso Champi y Ajo   

Fil de Merluza a la Andaluza  

Ens de Lechuga y Maiz 

Fruta Variada, Pan y Agua 

MARTES 1

Judías Pintas con Arroz 

Tortilla Fr de Calabacín 

Ens de Lechuga y Remolacha 

Fruta Variada, Pan y Agua 

MIÉRCOLES 2

Espaguetis con Berenjena  

Palometa al Limón 

Verduritas Dado 

Yogur o Fruta, Pan y Agua 

JUEVES 3

Crema de Calabaza  

Pollo en Pepitoria  

Patatas Fritas 

Fruta Variada, Pan y Agua 

VIERNES 4

Arroz a la Milanesa 

Filete Ruso en Salsa 

Zanahoria Baby 

P. Lácteo o Fruta, Pan y Agua  

LUNES 14

Arroz Tres Delicias   

Contramuslo de Pollo  

Verduritas 

Fruta Variada, Pan y Agua 

MARTES 8

Crema de Coliflor   

Revuelto de Jamón de Pavo 

Patatas Panadera 

Fruta Variada, Pan y Agua 

MIÉRCOLES 9

Arroz con Tomate 

Bacalao a la Vizcaína 

Zanahoria Glaseada  

Yogur o Fruta, Pan y Agua  

JUEVES 10

Sopa de Cocido  

Cocido Completo 

Fruta Variada, Pan y Agua 

VIERNES 11

Marmitako 

Pollo Asado 

Salteado de Verduras  

P. Lácteo o Fruta, Pan y Agua  

LUNES 21

Arroz Tres Delicias 

Contramuslo de Pollo 

Verduritas 

Fruta Variada, Pan y Agua 

MARTES 15

Espirales con Tomate  

Abadejo a la Marinera   

Ensalada Mixta 

Fruta Variada, Pan y Agua 

MIÉRCOLES 16

Lentejas a la Burgalesa  

Huevos a la Villaroy    

Ens de Lechuga y Cebolla 

Yogur o Fruta, Pan y Agua  

JUEVES 17

Sopa de Estrellas  

Jamonicitos en Salsa  

Menestra Rehogada 

Fruta Variada, Pan y Agua 

VIERNES 18

Crema de Espinacas 

Albóndigas a la jardinera 

Patatas Dado  

P. Lácteo o Fruta, Pan y Agua  

LUNES 28

Judías Verdes con Tomate 

Filete Ruso   

Arroz Pilaf 

Fruta Variada, Pan y Agua 

MARTES 22

Crema Parmentier 

Palometa con Tomate 

Patatas Fritas 

Fruta Variada, Pan y Agua 

MIÉRCOLES 23

Macarrones al Ajillo  

Contramuslo a la Plancha 

Ens de Lechuga y Tomate 

Yogur o Fruta, Pan y Agua  

JUEVES 24

Judías Blancas Guisadas  

Tortilla de Patata  

Ens de Lechuga y Zanah 

Fruta Variada, Pan y Agua 

VIERNES 25

Arroz con Pollo  

Merluza a la Navarra 

Guisantes Salteados  

P. Lácteo o Fruta, Pan y Agua  

LUNES 28

Lacitos a la Aurora   

Salchichas de Pavo al Horno 

Ensalada Verde 

Fruta Variada, Pan y Agua 

MARTES 29

Patatas Guisadas 

Tortilla Fr. de J. de Pavo y Queso   

Ens de Lechuga y Remolacha 

Fruta Variada, Pan y Agua 

MIÉRCOLES 30

Arroz Oriental   

Pollo a la Pizzaiola 

Calabacín Salteado  

Yogur o Fruta, Pan y Agua  

JUEVES 31

Crema de Acelgas y Zanah   

Abadejo a la Romana   

Patatas al Vapor 

Fruta Variada, Pan y Agua 

VIERNES 31

Arroz con Pollo  

Merluza a la Navarra 

Guisantes Salteados  

P. Lácteo o Fruta, Pan y Agua  

LEYENDA

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

Dieta exenta de cerdo

