



LUNES

7

Arroz con tomate - Rice with tomato
San Jacobo (1, 2, 3, 4, 5, 6, 7, 8, 9, 10, 11, 13, 14) - Breaded ham and cheese steak
lechuga y tomate (12) - Lettuce & tomato
Pan (1) - Bread
Yogur (7) - Yoghurt

KCAL	Prot.(g)	Hidr.(g)	Lípid.(g)	AGS.(g)
694,11	18,64	100,94	23,11	5,58

14

Lentejas (eco) guisadas con verduras (1, 19)
- Lentils with vegetables
Fogonero en salsa verde (4) - Hake fish in parsley sauce
con lechuga y maíz - lettuce & corn
Pan (1) - Bread
Manzana - Apple

KCAL	Prot.(g)	Hidr.(g)	Lípid.(g)	AGS.(g)
665,58	32,07	79,70	22,18	3,71

21

Crema de calabacín (eco) con picatostes (1)
- Cream of zucchini and toast bread
Albóndigas de ternera con verduras y patatas (19) - Meatballs with vegetables & potatoes
Pan (1) - Bread
Sandía - Watermelon

KCAL	Prot.(g)	Hidr.(g)	Lípid.(g)	AGS.(g)
706,34	15,80	76,07	36,85	8,67

28

Fideuá con verduras y magro (1, 3, 19) - Noodles with pork
Abadejo en salsa (4) - Cod fish with sauce con lechuga y tomate (12) - Lettuce & tomato
Pan (1) - Bread
Melón - Melon

KCAL	Prot.(g)	Hidr.(g)	Lípid.(g)	AGS.(g)
696,51	31,61	85,06	24,87	3,56

MARTES

8

Sopa de cocido (1, 3) - Meat and pasta soup
Cocido completo: garbanzos (eco), morcillo, chorizo, pollo y panceta (19) - Chickpea, meat and vegetables
Pan (1) - Bread
Melón - Melon

KCAL	Prot.(g)	Hidr.(g)	Lípid.(g)	AGS.(g)
646,87	29,97	78,10	23,51	5,15

15

Sopa de ave con estremitas (1, 3) - Chicken and pasta soup
Ragout de ternera - Beef stew con cuscús (1, 6) - Couscous
Pan (1) - Bread
Sandía - Watermelon

KCAL	Prot.(g)	Hidr.(g)	Lípid.(g)	AGS.(g)
604,99	27,24	74,94	21,20	3,62

22

Arroz tres delicias (jamón, tortilla y guisantes) (3, 6, 19) - Fried rice
Palometa rebozada (1, 3, 4) - Breaded fish lechuga y tomate (12) - Lettuce & tomato
Pan (1) - Bread
Melón - Melon

KCAL	Prot.(g)	Hidr.(g)	Lípid.(g)	AGS.(g)
761,14	33,70	90,24	29,57	4,14

29

Lentejas (eco) guisadas con verduras (1, 19) - Lentils with vegetables
Tortilla de pavo (3, 6, 7) - Turkey omelette con lechuga y zanahoria (12) - lettuce & carrot
Pan (1) - Bread
Pera - Pear

KCAL	Prot.(g)	Hidr.(g)	Lípid.(g)	AGS.(g)
612,60	21,79	79,23	23,98	3,93

MIÉRCOLES

9

Crema de zanahorias (eco) (12) - Cream of carrot soup
Jamonicitos de pollo asados - Grilled chicken fillet
con patatas fritas - fried potatoes
Pan integral (1) - Wholemeal bread
Pera - Pear

KCAL	Prot.(g)	Hidr.(g)	Lípid.(g)	AGS.(g)
632,79	23,96	79,31	24,10	3,28

16

Crema de verduras - Cream of vegetable soup
Pollo asado - Grilled chicken con patatas Rostie - with potatoes
Pan integral (1) - Wholemeal bread
Plátano - Banana

KCAL	Prot.(g)	Hidr.(g)	Lípid.(g)	AGS.(g)
738,79	35,58	84,51	28,40	4,25

23

Sopa de cocido (1, 3) - Meat and pasta soup
Cocido completo: garbanzos (eco), morcillo, chorizo, pollo y panceta (19) - Chickpea, meat and vegetables
Pan integral (1) - Wholemeal bread
Naranja - Orange

KCAL	Prot.(g)	Hidr.(g)	Lípid.(g)	AGS.(g)
668,19	30,53	81,94	23,51	5,15

30

Crema de calabaza - Cream of pumpkin
Nuggets vegetales (1, 3, 6) - Vegan nugget con arroz - with rice
Pan integral (1) - Wholemeal bread
Plátano - Banana

KCAL	Prot.(g)	Hidr.(g)	Lípid.(g)	AGS.(g)
691,66	14,98	101,02	24,49	2,94

JUEVES

10

Judías pintas con arroz integral (19) - Red beans stew with rice
Tortilla de queso (3, 7) - Cheese omelette lechuga y tomate (12) - Lettuce & tomato
Pan (1) - Bread
Sandía - Watermelon

KCAL	Prot.(g)	Hidr.(g)	Lípid.(g)	AGS.(g)
609,03	19,82	71,54	27,88	6,39

17

Garbanzos guisados con verduras (19) - Chickpeas stew
Tortilla de patata y calabacín (3) - Potato and zucchini omelette
con lechuga y zanahoria (12) - lettuce & carrot
Pan (1) - Bread
Yogur (7) - Yoghurt

KCAL	Prot.(g)	Hidr.(g)	Lípid.(g)	AGS.(g)
687,29	24,76	87,43	27,20	5,48

24

Brócoli rehogado - Broccoli stewed
Guiso de pavo con verduras y arroz integral - Turkey stew with vegetables
Pan (1) - Bread
Plátano - Banana

KCAL	Prot.(g)	Hidr.(g)	Lípid.(g)	AGS.(g)
625,34	27,43	94,52	14,79	2,43

VIERNES

11

Ensalada campera (patata, maíz, atún, aceitunas) (4, 12) - Potato salad
Merluza al horno (4) - Baked hake fish lechuga y zanahoria (12) - lettuce&carrot
Pan integral (1) - Wholemeal bread
Plátano - Banana

KCAL	Prot.(g)	Hidr.(g)	Lípid.(g)	AGS.(g)
660,24	27,10	83,33	23,26	3,24

18

Arroz con pollo y verduras (19) - Rice with chicken
Bacalao rebozado (1, 3, 4) - Breaded cod con lechuga y maíz - lettuce & corn
Pan integral (1) - Wholemeal bread
Melón - Melon

KCAL	Prot.(g)	Hidr.(g)	Lípid.(g)	AGS.(g)
669,04	33,22	77,88	24,94	3,45

25

Alubias blancas estofadas con verduras (19) - White beans stew
Tortilla francesa (3) - Omelette lechuga y zanahoria (12) - lettuce&carrot
Pan integral (1) - Wholemeal bread
Yogur (7) - Yoghurt

KCAL	Prot.(g)	Hidr.(g)	Lípid.(g)	AGS.(g)
600,36	22,10	72,92	24,99	5,30

ALÉRGENOS



1. GLUTEN



2. CRUSTÁCEOS



3. HUEVOS



4. PESCADO



5. CACAHUETES



6. SOJA



7. LÁCTEOS



8. FRUTOS DE CÁSCARA



9. APIO



10. MOSTAZA



11. SÉSAMO



12. DIÓXIDO DE AZUFRE, SULFITOS



13. ALTRAMUCCES



14. MOLUSCOS

¡Feliz curso!





Los menús del comedor escolar han sido diseñados teniendo en cuenta los requisitos y criterios para la programación de los menús escolares recogidos en el Real Decreto 315/2025 y supervisados por especialistas en nutrición.

Cada día se refleja el valor nutricional de los menús con la media de la energía (KCAL), proteínas (P), grasas (G), ácidos grasos saturados (AGS) y carbohidratos (CH).

Las **cen**as recomendadas contienen los grupos de alimentos más adecuados para complementar los platos que los alumnos han comido al mediodía en el comedor de la escuela.

LUNES 7	MARTES 8	MIÉRCOLES 9	JUEVES 10	VIERNES 11
Crema de verduras	Ensalada de tomate y dados de queso	Ensalada de lechuga y aceitunas	Brócoli salteado	Lacitos con tomate
Salmón al horno	Tortilla de jamón	Calamares en salsa	Albóndigas de pollo en salsa	Huevo frito
LUNES 14	MARTES 15	MIÉRCOLES 16	JUEVES 17	VIERNES 18
Espárragos aliñados	Ensalada variada	Ensalada de lechuga y tomate	Crema de calabaza	Judías verdes rehogadas
Tortilla de patata	Bonito con tomate	Huevo rellenos de atún	Lubina al horno	Alitas de pollo
LUNES 21	MARTES 22	MIÉRCOLES 23	JUEVES 24	VIERNES 25
Ensalada de colores	Filete de ternera a la plancha con patatas fritas y pimientos	Coliflor con jamón	Ensalada de canónigos y zanahoria	Hamburguesa completa
Filete de gallo a la plancha con ajada		Tortilla de queso	Merluza a la plancha	
LUNES 28	MARTES 29	MIÉRCOLES 30		
Pisto de verduras	Crema de verduras	Cogollos de lechuga aliñados		
Tortilla francesa	Merluza rebozada	Pollo en salsa de soja		

El menú basal se revisa y valora por especialistas con formación acreditada en Nutrición Humana y Dietética.

Todos los alumnos pueden repetir de primero y segundo plato. Podrán sustituir el lácteo por una pieza de fruta, así como repetir fruta siempre que quieran, vaya lácteo o fruta. **Empresa acreditada con el Certificado ISO 9001 de Calidad.**





ALÉRGENOS



1. GLUTEN



2. CRUSTÁCEOS



3. HUEVOS



4. PESCADO



5. CACAHUETES



6. SOJA



7. LÁCTEOS



8. FRUTOS DE CÁSCARA



9. APIO



10. MOSTAZA



11. SÉSAMO



12. DIÓXIDO DE AZUFRE, SULFITOS



13. MOLUSCOS



14. ALTRAMUCES

En cumplimiento del Reglamento (UE) 1169/2011 la información de alérgenos está disponible en la cocina del centro.
Valoración nutricional diaria calculada para las necesidades de un comensal en edad comprendida entre 6 y 9 años

LUNES

7

Arroz con tomate
San Jacobo casero (sin gluten) (6, 7)
lechuga y tomate (12)
Pan (sin gluten)
Yogur (7)



14

Alubias blancas (eco) con verduras (19)
Fogonero en salsa verde (4)
con lechuga y maíz
Pan (sin gluten)
Manzana

21

Crema de calabacín (eco)
Albóndigas de ternera con verduras y
patatas (19)
Pan (sin gluten)
Sandía

28

Fideuá con verduras y magro (sin gluten)
Abadejo en salsa (4)
con lechuga y tomate (12)
Pan (sin gluten)
Melón



MARTES

8

Sopa de cocido (sin gluten)
Cocido completo: garbanzos (eco),
morcillo, chorizo, pollo y panceta (19)
Pan (sin gluten)
Melón

15

Sopa de ave con estrellitas (sin gluten)
Ragout de ternera
con arroz
Pan (sin gluten)
Sandía

22

Arroz tres delicias (jamón, tortilla y
guisantes) (3, 6, 19)
Palometa rebozada (sin gluten) (3, 4)
lechuga y tomate (12)
Pan (sin gluten)
Melón

29

Judías blancas guisadas (19)
Tortilla de pavo (3, 6, 7)
con lechuga y zanahoria (12)
Pan (sin gluten)
Pera



MIÉRCOLES

9

Crema de zanahorias (eco) (12)
Jamoncitos de pollo asados
con patatas fritas
Pan (sin gluten)
Pera

16

Crema de verduras
Pollo asado
con patatas Rostie
Pan (sin gluten)
Plátano

23

Sopa de cocido (sin gluten)
Cocido completo: garbanzos (eco),
morcillo, chorizo, pollo y panceta (19)
Pan (sin gluten)
Naranja

30

Crema de calabaza
Arroz con verduras
Pan (sin gluten)
Plátano



JUEVES

10

Judías pintas con arroz integral (19)
Tortilla de queso (3, 7)
lechuga y tomate (12)
Pan (sin gluten)
Sandía



17

Garbanzos guisados con verduras (19)
Tortilla de patata y calabacín (3)
con lechuga y zanahoria (12)
Pan (sin gluten)
Yogur (7)

24

Brócoli rehogado
Guiso de pavo con verduras y arroz
integral
Pan (sin gluten)
Plátano



VIERNES

11

Ensalada campera (patata, maíz, atún,
aceitunas) (4, 12)
Merluza al horno (4)
lechuga y zanahoria (12)
Pan (sin gluten)
Plátano

18

Arroz con pollo y verduras (19)
Bacalao rebozado (sin gluten) (3, 4)
con lechuga y maíz
Pan (sin gluten)
Melón

25

Alubias blancas estofadas con verduras
(19)
Tortilla francesa (3)
lechuga y zanahoria (12)
Pan (sin gluten)
Yogur (7)





COLEGIO INTERNACIONAL GIUSEPPINA NICOLI

SEPTIEMBRE 2026 Sin huevo



LUNES

7

Arroz con tomate
San Jacobo casero (sin huevo) (6, 7)
lechuga y tomate (12)
Pan (1)
Yogur (7)



14

Lentejas (eco) guisadas con verduras (1, 19)
Fogonero en salsa verde (4)
con lechuga y maíz
Pan (1)
Manzana

21

Crema de calabacín (eco) con picatostes (1)
Albóndigas de ternera con verduras y patatas (19)
Pan (1)
Sandía

28

Fideuá con verduras y magro (sin huevo)
Abadejo en salsa (4)
con lechuga y tomate (12)
Pan (1)
Melón



MARTES

8

Sopa de cocido (sin huevo)
Cocido completo: garbanzos (eco), morcillo, chorizo, pollo y panceta (19)
Pan (1)
Melón

15

Sopa de ave con estrellitas (sin huevo)
Ragout de ternera con cuscús (1, 6)
Pan (1)
Sandía

22

Arroz con tomate
Palometa rebozada (sin huevo) (4)
lechuga y tomate (12)
Pan (1)
Melón

29

Lentejas (eco) guisadas con verduras (1, 19)
Filete de pollo a la plancha con lechuga y zanahoria (12)
Pan (1)
Pera



MIÉRCOLES

9

Crema de zanahorias (eco) (12)
Jamoncitos de pollo asados con patatas fritas
Pan integral (1)
Pera

16

Crema de verduras
Pollo asado con patatas Rostie
Pan integral (1)
Plátano

23

Sopa de cocido (sin huevo)
Cocido completo: garbanzos (eco), morcillo, chorizo, pollo y panceta (19)
Pan integral (1)
Naranja

30

Crema de calabaza
Arroz con verduras
Pan integral (1)
Plátano



JUEVES

10

Judías pintas con arroz integral (19)
Filete de pavo a la plancha
lechuga y tomate (12)
Pan (1)
Sandía

17

Garbanzos guisados con verduras (19)
Sajonia a la plancha con lechuga y zanahoria (12)
Pan (1)
Yogur (7)

24

Brócoli rehogado
Guiso de pavo con verduras y arroz integral
Pan (1)
Plátano



VIERNES

11

Ensalada campera (sin huevo) (4, 12)
Merluza al horno (4)
lechuga y zanahoria (12)
Pan integral (1)
Plátano

18

Arroz con pollo y verduras (19)
Bacalao rebozado (sin huevo) (4)
con lechuga y maíz
Pan integral (1)
Melón

25

Alubias blancas estofadas con verduras (19)
Cinta de lomo a la plancha
lechuga y zanahoria (12)
Pan integral (1)
Yogur (7)

ALÉRGENOS



1. GLUTEN



2. CRUSTÁCEOS



3. HUEVOS



4. PESCADO



5. CACAHUETES



6. SOJA



7. LÁCTEOS



8. FRUTOS DE CÁSCARA



9. APIO



10. MOSTAZA



11. SÉSAMO



12. DIÓXIDO DE AZUFRE, SULFITOS



13. MOLUSCOS



14. ALTRAMUCES

En cumplimiento del Reglamento (UE) 1169/2011 la información de alérgenos está disponible en la cocina del centro.
Valoración nutricional diaria calculada para las necesidades de un comensal en edad comprendida entre 6 y 9 años



LUNES

7

Arroz con tomate
San Jacobo casero (sin leche) (1, 3, 6)
lechuga y tomate (12)
Pan (1)
Yogur de soja (6)



14

Lentejas (eco) guisadas con verduras (1, 19)
Fogonero en salsa verde (4)
con lechuga y maíz
Pan (1)
Manzana

21

Crema de calabacín (eco) con picatostes (1)
Albóndigas de ternera con verduras y patatas (19)
Pan (1)
Sandía

28

Fideuá con verduras y magro (1, 3, 19)
Abadejo en salsa (4)
con lechuga y tomate (12)
Pan (1)
Melón



MARTES

8

Sopa de cocido (1, 3)
Cocido completo: garbanzos (eco), morcillo, chorizo, pollo y panceta (19)
Pan (1)
Melón

15

Sopa de ave con estrellitas (1, 3)
Ragout de ternera con cuscús (1, 6)
Pan (1)
Sandía

22

Arroz tres delicias (jamón, tortilla y guisantes) (3, 6, 19)
Palometa rebozada (1, 3, 4)
lechuga y tomate (12)
Pan (1)
Melón

29

Lentejas (eco) guisadas con verduras (1, 19)
Tortilla francesa (3)
con lechuga y zanahoria (12)
Pan (1)
Pera



MIÉRCOLES

9

Crema de zanahorias (eco) (12)
Jamoncitos de pollo asados con patatas fritas
Pan integral (1)
Pera

16

Crema de verduras
Pollo asado con patatas Rostie
Pan integral (1)
Plátano

23

Sopa de cocido (1, 3)
Cocido completo: garbanzos (eco), morcillo, chorizo, pollo y panceta (19)
Pan integral (1)
Naranja

30

Crema de calabaza
Nuggets vegetales (1, 3, 6) con arroz
Pan integral (1)
Plátano



JUEVES

10

Judías pintas con arroz integral (19)
Tortilla francesa (3)
lechuga y tomate (12)
Pan (1)
Sandía

17

Garbanzos guisados con verduras (19)
Tortilla de patata y calabacín (3) con lechuga y zanahoria (12)
Pan (1)
Yogur de soja (6)

24

Brócoli rehogado
Guiso de pavo con verduras y arroz integral
Pan (1)
Plátano



VIERNES

11

Ensalada campera (patata, maíz, atún, aceitunas) (4, 12)
Merluza al horno (4)
lechuga y zanahoria (12)
Pan integral (1)
Plátano

18

Arroz con pollo y verduras (19)
Bacalao rebozado (1, 3, 4) con lechuga y maíz
Pan integral (1)
Melón

25

Alubias blancas estofadas con verduras (19)
Tortilla francesa (3)
lechuga y zanahoria (12)
Pan integral (1)
Yogur de soja (6)

ALÉRGENOS



1. GLUTEN



2. CRUSTÁCEOS



3. HUEVOS



4. PESCADO



5. CACAHUETES



6. SOJA



7. LÁCTEOS



8. FRUTOS DE CÁSCARA



9. APIO



10. MOSTAZA



11. SÉSAMO



12. DIÓXIDO DE AZUFRE, SULFITOS



13. MOLUSCOS



14. ALTRAMUCES



LUNES

7

Arroz con tomate
San Jacobo casero (sin queso) (6)
lechuga y tomate (12)
Pan (1)
Yogur de soja (6)



14

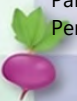
Lentejas (eco) guisadas con verduras (1, 19)
Fogonero en salsa verde (4)
con lechuga y maíz
Pan (1)
Manzana

21

Crema de calabacín (eco) con picatostes (1)
Albóndigas de ternera con verduras y patatas (19)
Pan (1)
Sandía

28

Fideuá con verduras y magro (1, 3, 19)
Abadejo en salsa (4)
con lechuga y tomate (12)
Pan (1)
Melón



MARTES

8

Sopa de cocido (1, 3)
Cocido completo: garbanzos (eco), morcillo, chorizo, pollo y panceta (19)
Pan (1)
Melón

15

Sopa de ave con estrellitas (1, 3)
Ragout de ternera con cuscús (1, 6)
Pan (1)
Sandía

22

Arroz tres delicias (jamón, tortilla y guisantes) (3, 6, 19)
Palometa rebozada (1, 3, 4)
lechuga y tomate (12)
Pan (1)
Melón

29

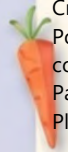
Lentejas (eco) guisadas con verduras (1, 19)
Tortilla francesa (3)
con lechuga y zanahoria (12)
Pan (1)
Pera



MIÉRCOLES

9

Crema de zanahorias (eco) (12)
Jamoncitos de pollo asados con patatas fritas
Pan integral (1)
Pera



16

Crema de verduras
Pollo asado con patatas Rostie
Pan integral (1)
Plátano

23

Sopa de cocido (1, 3)
Cocido completo: garbanzos (eco), morcillo, chorizo, pollo y panceta (19)
Pan integral (1)
Naranja

30

Crema de calabaza
Nuggets vegetales (1, 3, 6)
con arroz
Pan integral (1)
Plátano



JUEVES

10

Judías pintas con arroz integral (19)
Tortilla francesa (3)
lechuga y tomate (12)
Pan (1)
Sandía



17

Garbanzos guisados con verduras (19)
Tortilla de patata y calabacín (3)
con lechuga y zanahoria (12)
Pan (1)
Yogur de soja (6)

24

Brócoli rehogado
Guiso de pavo con verduras y arroz integral
Pan (1)
Plátano



VIERNES

11

Ensalada campera (patata, maíz, atún, aceitunas) (4, 12)
Merluza al horno (4)
lechuga y zanahoria (12)
Pan integral (1)
Plátano

18

Arroz con pollo y verduras (19)
Bacalao rebozado (1, 3, 4)
con lechuga y maíz
Pan integral (1)
Melón

25

Alubias blancas estofadas con verduras (19)
Tortilla francesa (3)
lechuga y zanahoria (12)
Pan integral (1)
Yogur de soja (6)



ALÉRGENOS



1. GLUTEN



2. CRUSTÁCEOS



3. HUEVOS



4. PESCADO



5. CACAHUETES



6. SOJA



7. LÁCTEOS



8. FRUTOS DE CÁSCARA



9. APIO



10. MOSTAZA



11. SÉSAMO



12. DIÓXIDO DE AZUFRE, SULFITOS



13. MOLUSCOS



14. ALTRAMUCES



LUNES

7

Arroz con tomate
San Jacobo (de pavo) (6, 7)
lechuga y tomate (12)
Pan (1)
Yogur (7)



14

Lentejas (eco) guisadas con verduras (1, 19)
Fogonero en salsa verde (4)
con lechuga y maíz
Pan (1)
Manzana

21

Crema de calabacín (eco) con picatostes (1)
Albóndigas de ternera con verduras y patatas (19)
Pan (1)
Sandía

28

Fideuá de verduras (1, 3)
Abadejo en salsa (4)
con lechuga y tomate (12)
Pan (1)
Melón



MARTES

8

Sopa de fideos (1, 3)
Cocido (garbanzo, patata, zanahoria, pollo y carne) (19)
Pan (1)
Melón

15

Sopa de ave con estrellitas (1, 3)
Ragout de ternera
con cuscús (1, 6)
Pan (1)
Sandía

22

Arroz con tomate
Palometa rebozada (1, 3, 4)
lechuga y tomate (12)
Pan (1)
Melón

29

Lentejas (eco) guisadas con verduras (1, 19)
Tortilla de pavo (3, 6, 7)
con lechuga y zanahoria (12)
Pan (1)
Pera



MIÉRCOLES

9

Crema de zanahorias (eco) (12)
Jamoncitos de pollo asados
con patatas fritas
Pan integral (1)
Pera

16

Crema de verduras
Pollo asado
con patatas Rostie
Pan integral (1)
Plátano

23

Sopa de cocido (1, 3)
Cocido (garbanzo, patata, zanahoria, pollo y carne) (19)
Pan integral (1)
Naranja

30

Crema de calabaza
Nuggets vegetales (1, 3, 6)
con arroz
Pan integral (1)
Plátano



JUEVES

10

Judías pintas con arroz integral (19)
Tortilla de queso (3, 7)
lechuga y tomate (12)
Pan (1)
Sandía

17

Garbanzos guisados con verduras (19)
Tortilla de patata y calabacín (3)
con lechuga y zanahoria (12)
Pan (1)
Yogur (7)

24

Brócoli rehogado
Guiso de pavo con verduras y arroz integral
Pan (1)
Plátano



VIERNES

11

Ensalada campera (patata, maíz, atún, aceitunas) (4, 12)
Merluza al horno (4)
lechuga y zanahoria (12)
Pan integral (1)
Plátano

18

Arroz con pollo y verduras (19)
Bacalao rebozado (1, 3, 4)
con lechuga y maíz
Pan integral (1)
Melón

25

Alubias blancas estofadas con verduras (19)
Tortilla francesa (3)
lechuga y zanahoria (12)
Pan integral (1)
Yogur (7)



ALÉRGENOS



1. GLUTEN



2. CRUSTÁCEOS



3. HUEVOS



4. PESCADO



5. CACAHUETES



6. SOJA



7. LÁCTEOS



8. FRUTOS DE CÁSCARA



9. APIO



10. MOSTAZA



11. SÉSAMO



12. DIÓXIDO DE AZUFRE, SULFITOS



13. MOLUSCOS



14. ALTRAMUCES



LUNES

7

Arroz con tomate
San Jacobo (de pavo) (6, 7)
lechuga y tomate (12)
Pan (1)
Yogur (7)



14

Lentejas (eco) guisadas con verduras (1, 19)
Fogonero en salsa verde (4)
con lechuga y maíz
Pan (1)
Manzana

21

Crema de calabacín (eco) con picatostes (1)
Filete de pollo a la plancha
con patatas
Pan (1)
Sandía

28

Fideuá de verduras (1, 3)
Abadejo en salsa (4)
con lechuga y tomate (12)
Pan (1)
Melón



MARTES

8

Sopa de fideos (1, 3)
Cocido: garbanzos y pollo (19)
Pan (1)
Melón

15

Sopa de ave con estrellitas (1, 3)
Filete de pavo en salsa
con cuscús (1, 6)
Pan (1)
Sandía

22

Arroz con tomate
Palometa rebozada (1, 3, 4)
lechuga y tomate (12)
Pan (1)
Melón

29

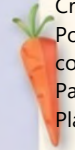
Lentejas (eco) guisadas con verduras (1, 19)
Tortilla de pavo (3, 6, 7)
con lechuga y zanahoria (12)
Pan (1)
Pera



MIÉRCOLES

9

Crema de zanahorias (eco) (12)
Jamoncitos de pollo asados
con patatas fritas
Pan integral (1)
Pera



16

Crema de verduras
Pollo asado
con patatas Rostie
Pan integral (1)
Plátano

23

Sopa de fideos (1, 3)
Cocido: garbanzos y pollo (19)
Pan integral (1)
Naranja

30

Crema de calabaza
Nuggets vegetales (1, 3, 6)
con arroz
Pan integral (1)
Plátano



JUEVES

10

Judías pintas con arroz integral (19)
Tortilla de queso (3, 7)
lechuga y tomate (12)
Pan (1)
Sandía



17

Garbanzos guisados con verduras (19)
Tortilla de patata y calabacín (3)
con lechuga y zanahoria (12)
Pan (1)
Yogur (7)

24

Brócoli rehogado
Guiso de pavo con verduras y arroz
integral
Pan (1)
Plátano



VIERNES

11

Ensalada campera (patata, maíz, atún,
aceitunas) (4, 12)
Merluza al horno (4)
lechuga y zanahoria (12)
Pan integral (1)
Plátano

18

Arroz con pollo y verduras (19)
Bacalao rebozado (1, 3, 4)
con lechuga y maíz
Pan integral (1)
Melón

25

Alubias blancas estofadas con verduras (19)
Tortilla francesa (3)
lechuga y zanahoria (12)
Pan integral (1)
Yogur (7)



ALÉRGENOS



1. GLUTEN



2. CRUSTÁCEOS



3. HUEVOS



4. PESCADO



5. CACAHUETES



6. SOJA



7. LÁCTEOS



8. FRUTOS DE CÁSCARA



9. APIO



10. MOSTAZA



11. SÉSAMO



12. DIÓXIDO DE AZUFRE, SULFITOS



13. MOLUSCOS



14. ALTRAMUCES