

LUNES

MARTES

MIÉRCOLES

JUEVES

VIERNES

1

2

3

4

5

5

6

7

8

9

12

13

14

15

16

19

20

21

22

23

24

25

26

27

28

1.004 Kcal. P.: 13 HC.: 34 L.: 51 G.: 15

ARROZ TRES DELICIAS  
CHINESE FRIED RICE

CINTA DE LOMO A LA PLANCHA  
GRILLED PORK LOIN SLICES

LECHUGA Y TOMATE  
LETTUCE AND TOMATO

FRUTA  
FRUIT

649 Kcal. P.: 19 HC.: 39 L.: 38 G.: 7

LENTEJAS ESTOFADAS  
LENTIL STEW

HUEVOS REVUELTOS CON JAMÓN  
SCRAMBLED EGGS WITH HAM

TOMATE NATURAL  
FRESH TOMATO

FRUTA  
FRUIT

818 Kcal. P.: 18 HC.: 43 L.: 37 G.: 5

MACARRONES A LA NAPOLITANA  
NAPOLITANA STYLE MACARONI

PALOMETA A LA ANDALUZA (ENHARINADO Y FRITO)  
ANDALUSIAN STYLE FISH

ENSALADA VERDE  
GREEN SALAD

FRUTA  
FRUIT

678 Kcal. P.: 21 HC.: 34 L.: 44 G.: 13

SOPA DE AVE CON PASTA  
CHICKEN PASTA SOUP

POLLO AL AJILLO  
GARLIC CHICKEN

PATATAS FRITAS  
FRENCH FRIES

HELADO  
ICE CREAM

715 Kcal. P.: 6 HC.: 42 L.: 48 G.: 7

ENSALADA DE VERANO (PATATA, TOMATE Y ATÚN)  
SUMMER SALAD (POTATO, TOMATO AND TUNA)

HAMBURGUESA DE TERNERA A LA PLANCHA  
GRILLED BEEF BURGER

PATATAS FRITAS  
FRENCH FRIES

FRUTA  
FRUIT

660 Kcal. P.: 15 HC.: 49 L.: 34 G.: 5

ARROZ EN PAELLA CON MAGRO Y POLLO  
PAELLA WITH PORK LOIN AND CHICKEN

FILETE DE MERLUZA AL HORNO  
BAKED HAKE FILLET

ENSALADA DE LECHUGA Y TOMATE  
LETTUCE AND TOMATO SALAD

FRUTA  
FRUIT

511 Kcal. P.: 15 HC.: 44 L.: 38 G.: 11

CREMA DE CALABAZA Y ZANAHORIA  
PUMPKIN AND CARROTS CREAM

LASAÑA DE CARNE CON QUESO PARMESANO  
GRATINADO  
MEAT LASAGNA WITH CHEESE AU GRATIN

ENSALADA VERDE  
GREEN SALAD

YOGUR  
YOGHURT

886 Kcal. P.: 14 HC.: 30 L.: 55 G.: 10

ENSALADA ALEMANA  
GERMAN SALAD

NUGGETS DE POLLO  
CHICKEN NUGGETS

PATATAS FRITAS  
FRENCH FRIES

FRUTA  
FRUIT

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

ESPIRALES CON TOMATE  
PASTA SPIRALS WITH TOMATO SAUCE

FILETE DE AGUJA A LA PLANCHA  
GRILLED PORK STEAK

LECHUGA Y ZANAHORIA RALLADA  
LETTUCE AND SHREDDED CARROT

HELADO  
ICE CREAM

666 Kcal. P.: 17 HC.: 38 L.: 40 G.: 7

GARBANZOS A LA BOLOÑESA  
CHICKPEA BOLOGNESE

TORTILLA DE CALABACÍN  
COURGETTE OMELETTE

TOMATE ALIÑADO  
TOMATO

FRUTA  
FRUIT

789 Kcal. P.: 12 HC.: 39 L.: 45 G.: 7

LENTEJAS ESTOFADAS  
LENTIL STEW

FRITURA VARIADA  
ASSORTED FRY-UP

ENSALADA VERDE  
GREEN SALAD

FRUTA  
FRUIT

756 Kcal. P.: 26 HC.: 24 L.: 47 G.: 12

JUDÍAS VERDES REHOGADAS  
GREEN BEANS WITH OLIVE OIL

POLLO ASADO  
ROAST CHICKEN

TOMATE CON ORÉGANO  
TOMATO AND OREGANO

FRUTA  
FRUIT

742 Kcal. P.: 10 HC.: 57 L.: 31 G.: 12

ARROZ CON TOMATE  
RICE WITH TOMATO SAUCE

PIZZA MARGARITA  
MARGARITA PIZZA

ENSALADA DE LECHUGA Y TOMATE  
LETTUCE AND TOMATO SALAD

HELADO  
ICE CREAM



¡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.

