

LUNES

MARTES

MIÉRCOLES

JUEVES

VIERNES

1

2

3

4

5

4

5

6

7

8

11

12

13

14

15

18

19

20

21

22

25

26

27

28

29

653 Kcal. P.: 22 HC.: 38 L.: 36 G.: 11
LENTEJAS ESTOFADAS CON ARROZ INTEGRAL
LENTILS STEW WITH INTEGRAL RICE
HAMBURGUESA DE TERNERA CON CEBOLLA CARAMELIZADA
BEEF BURGER WITH CARAMELISED ONION
FRUTA
FRUIT

667 Kcal. P.: 17 HC.: 41 L.: 40 G.: 11
MACARRONES CON QUESO Y OREGANO
MACARRONES WITH CHEESE AND ORIGAN
TORTILLA DE JAMÓN YORK
HAM OMELETTE
LECHUGA Y COL LOMBARDA
LETTUCE AND RED CABBAGE
YOGUR
YOGHURT

628 Kcal. P.: 24 HC.: 27 L.: 47 G.: 11
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
FRUTA
FRUIT

700 Kcal. P.: 18 HC.: 44 L.: 35 G.: 15
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
HELADO
ICE CREAM

806 Kcal. P.: 15 HC.: 50 L.: 33 G.: 5
1
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

NO LECTIVO

FESTIVO

686 Kcal. P.: 17 HC.: 42 L.: 37 G.: 6
LENTEJAS GUIADAS CON ZANAHORIA
LENTIL AND CARROT STEW
TORTILLA DE PATATAS
SPANISH OMELETTE
FRUTA
FRUIT

689 Kcal. P.: 25 HC.: 25 L.: 48 G.: 13
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
YOGUR
YOGHURT

747 Kcal. P.: 15 HC.: 46 L.: 36 G.: 5
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

641 Kcal. P.: 21 HC.: 42 L.: 34 G.: 13
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
YOGUR
YOGHURT

735 Kcal. P.: 17 HC.: 43 L.: 38 G.: 10
FIDEUA CON VERDURITAS
VEGETABLE FIDEUA
HAMBURGUESA DE TERNERA A LA PLANCHA
GRILLED BEEF BURGER
TOMATE CON ORÉGANO
TOMATO AND OREGANO
FRUTA
FRUIT

664 Kcal. P.: 8 HC.: 46 L.: 43 G.: 6
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

707 Kcal. P.: 16 HC.: 34 L.: 46 G.: 9
CREMA DE LEGUMBRES (ALUBIAS)
CREAM OF LEGUME (BEANS) SOUP
TORTILLA DE PATATAS
SPANISH OMELETTE
TOMATE EN DADOS
DICED TOMATO
YOGUR
YOGHURT

650 Kcal. P.: 25 HC.: 35 L.: 38 G.: 10
SOPA MARAVILLA
PASTA SOUP
POLLO ASADO AL ESTILO CAJUN
CAJUN ROASTED CHICKEN
GUISANTES
PEAS
FRUTA
FRUIT

615 Kcal. P.: 18 HC.: 53 L.: 28 G.: 6
ARROZ CON TOMATE Y ORÉGANO
RICE WITH TOMATO SAUCE AND OREGANO
MERLUZA EN SALSA VERDE
HAKE IN GREEN SAUCE
LECHUGA Y REMOLACHA
LETTUCE AND BEETROOT
YOGUR
YOGHURT

846 Kcal. P.: 13 HC.: 38 L.: 46 G.: 13
MACARRONES CON SALSA DE QUESO
MACARONI WITH CHEESE SAUCE
LONGANIZAS CON TOMATE
SAUSAGES WITH TOMATO
CHAMPIÑONES
MUSHROOMS
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.

