

# Scolarest

Comer. Aprender. Vivir.

**COMER.** Recetas elaboradas a base de alimentos saludables, sabrosos y variados para que nuestros comensales disfruten a la hora de comer.

**APRENDER.** Valores y hábitos de vida saludables que permitan tomar decisiones responsables que les acompañen toda la vida.

**VIVIR.** Momentos únicos conviviendo, jugando y compartiendo en un entorno respetuoso con las personas y el medioambiente.



Síguenos en redes para saber más sobre nuestros proyectos:

[www.scolarest.es](http://www.scolarest.es)

NOTAS:



## Temporada

### PRIMAVERA - VERANO

Elige productos de temporada: **MÁS FRESCOS, MÁS SABROSOS Y MEJORES PARA EL PLANETA.**



#### FRUTAS



Albaricoque  
Breva  
Cereza  
Ciruela  
Higo

Limón  
Melocotón  
Melón  
Nectarina  
Níspero

Paraguaya  
Pera  
Plátano  
Sandía

#### VERDURAS Y HORTALIZAS

Acelga  
Ajo  
Berenjena  
Brócoli  
Calabacín  
Cebolla  
Coliflor  
Espinacas

Espárrago Verde  
Guisantes  
Habas  
Judía Verde  
Lechuga  
Nabo  
Pepino

Pimiento  
Puerro  
Rábano  
Tomate  
Zanahoria



Calendario de frutas y verduras de temporada del ministerio de agricultura, pesca y alimentación.

## CONSTRUIR UNA CENA SALUDABLE

Una manera sencilla de planificar una cena saludable es



### A TRAVÉS DEL PLATO HARVARD

Con este reparto es fácil entender las proporciones de cada grupo de alimentos.



## SI HEMOS COMIDO... PODEMOS CENAR:

- |                                     |                                       |
|-------------------------------------|---------------------------------------|
| Pasta, arroz, legumbres, patatas... | → Verduras cocinadas o ensalada       |
| Verduras cocinadas o ensalada       | → Pasta, arroz, legumbres, patatas... |
| Carne                               | → Pescado o huevo                     |
| Pescado                             | → Carne o huevo                       |
| Huevo                               | → Pescado o carne                     |
| Fruta                               | → Lácteos o Fruta                     |
| Lácteos                             | → Fruta                               |

**RECUERDA:** incluye siempre verduras y hortalizas en comidas y cenas. En caso de alergia o intolerancia a algún alimento, sustituirlo por un alimento del mismo grupo alimentario, o en su defecto, por otro alimento con valor nutricional similar.

CONSULTA ESTE QR PARA MÁS INFORMACIÓN SOBRE EL MENÚ



LUNES

MARTES

MIÉRCOLES

JUEVES

VIERNES

1

ENSALADA DE MACARRONES SIN GLUTEN NI HUEVO EN CRUDO 39GR (3R) CON LECHUGA Y PEPINO  
SALMÓN CON SALSA MEDITERRANEA  
TOMATE ALIÑADO  
FRUTA (1R)

2

ALUBIAS BLANCAS 138GR (2,5R) GUIADAS CON ZANAHORIA (PATATA 65GR (1R))  
HUEVOS FRITOS CON PISTO  
LECHUGA Y PEPINO  
YOGUR (0,5R)

3

SALTEADO DE BRÓCOLI Y CHAMPIÑONES (PATATA 65GR (1R))  
ALBÓNDIGAS EN SALSA  
ARROZ INTEGRAL 80GR (2R)  
FRUTA (1R)

4

ARROZ 80GR (2R) CON TOMATE Y CEBOLLA  
GUIZO DE GARBANZOS 55GR (1R) RAPE Y CALAMAR  
FRUTA (1R)

5

CREMA DE CALABACÍN, ZANAHORIA Y CEBOLLA (PATATA 130GR (2R))  
POLLO ASADO CON TOMILLO  
TOMATE Y MAÍZ 50GR (1R)  
FRUTA (1R)

8

MACARRONES SIN GLUTEN Y SIN HUEVO EN CRUDO 39GR (3R) CON SALSA DE TOMATE CASERA  
FILETE DE ABADEJO AL HORNO  
ENSALADA DE LECHUGA, TOMATE, ZANAHORIA Y ACEITUNAS  
FRUTA (1R)

9

JUDÍAS VERDES CON JAMÓN (PATATA 65GR (1R))  
FILETE DE AGUJA DE CERDO AL HORNO  
ARROZ INTEGRAL 100GR (2,5R)  
YOGUR (0,5R)

10

VICHYSOISE (PATATA 65GR (1R))  
YAKITORI DE POLLO  
PATATA 70GR (2R) Y CEBOLLA  
FRUTA (1R)

11

LENTEJAS 100GR (2R) (ECOLÓGICO) CON CALABACÍN (SIN PATATA)  
TORTILLA DE PATATA 120GR (1R)  
LECHUGA, TOMATE Y BROTES  
FRUTA (1R)

12

ENSALADILLA DE ARROZ (ARROZ 114GR (3R))  
ESTOFADO DE PAVO  
FRUTA (1R)

15

LENTEJAS 100GR (2R) (ECOLÓGICO) CON CALABAZA (SIN PATATA)  
TORTILLA DE CALABACÍN 120GR (1R)  
LECHUGA Y PEPINO  
FRUTA (1R)

16

ARROZ 114GR (3R) EN PAELLA CON POLLO  
LOMOS DE MERLUZA EN SALSA VERDE  
FRUTA (1R)

17

MACARRONES SIN GLUTEN Y SIN HUEVO EN CRUDO 39GR (3R) CON SALSA DE TOMATE CASERA  
CINTA DE LOMO A LA PLANCHA  
LECHUGA Y TOMATE  
FRUTA (1R)

18

TRICOLOR DE GUISANTES, PATATAS 130GR (2R) Y ZANAHORIA  
TIRAS DE POLLO FRITAS CON MAIZENA (HARINA DE MAIZ 15GR (1R))  
LECHUGA Y OLIVAS  
FRUTA (1R)

19

**MENÚ ESPECIAL FIN DE CURSO**  
HAMBURGUESA DE PAVO A LA PLANCHA  
PATATAS DADO 105GR (3R)  
HELADO (1R)



LUNES

MARTES

MIÉRCOLES

JUEVES

VIERNES

1

ENSALADA DE PASTA (ZANAHORIA, MAIZ Y ACEITUNA VERDE)  
SALMÓN CON SALSА MEDITERRANEA  
TOMATE ALIÑADO  
FRUTA

2

ALUBIAS BLANCAS GUIADAS CON ZANAHORIA  
HUEVOS FRITOS CON PISTO  
LECHUGA Y PEPINO  
HELADO

3

SALTEADO DE BRÓCOLI Y CHAMPIÑONES  
ALBÓNDIGAS EN SALSА  
ARROZ INTEGRAL  
FRUTA

4

ARROZ CON TOMATE Y CEBOLLA  
GUISO DE GARBANZOS, RAPE Y CALAMAR  
FRUTA

5

CREMA DE CALABACÍN, ZANAHORIA Y CEBOLLA  
POLLO ASADO CON TOMILLO  
TOMATE Y MAÍZ  
FRUTA

8

ESPIRALES (INTEGRAL) CON TOMATE Y ALBAHACA  
FILETE DE ABADEJO A LA ROMANA  
ENSALADA DE LECHUGA, TOMATE, ZANAHORIA Y ACEITUNAS  
FRUTA

9

JUDÍAS VERDES CON JAMÓN  
FILETE DE AGUJA DE CERDO AL HORNO  
LECHUGA Y MAÍZ  
YOGUR

10

CREMA DE ESPÁRRAGOS  
YAKITORI DE POLLO  
PATATA Y CEBOLLA  
FRUTA

11

LENTEJAS CASERAS ESTOFADAS CON CHORIZO Y VERDURITAS  
TORTILLA DE PATATA  
LECHUGA, TOMATE Y BROTES  
FRUTA

12

ENSALADILLA DE ARROZ  
ESTOFADO DE PAVO  
FRUTA

15

LENTEJAS ESTOFADAS DE LA ABUELA  
TORTILLA DE CALABACÍN  
LECHUGA Y PEPINO  
FRUTA

16

ARROZ EN PAELLA CON POLLO  
LOMOS DE MERLUZA EN SALSА VERDE  
FRUTA

17

MACARRONES (INTEGRAL) CON TOMATE Y QUESO  
CINTA DE LOMO A LA PLANCHA  
LECHUGA, TOMATE Y MAÍZ  
FRUTA

18

TRICOLOR DE GUISANTES, PATATAS Y ZANAHORIA  
TIRAS DE POLLO FRITAS CON MAIZENA  
LECHUGA Y OLIVAS  
FRUTA

19

**MENÚ ESPECIAL FIN DE CURSO**  
PIZZA DE JAMÓN, TOMATE Y QUESO

HELADO



LUNES

MARTES

MIÉRCOLES

JUEVES

VIERNES

1

ENSALADA DE PASTA (ZANAHORIA, MAIZ Y ACEITUNA VERDE)  
SALMÓN CON Salsa MEDITERRANEA  
TOMATE ALIÑADO  
FRUTA

2

ALUBIAS BLANCAS GUIADAS CON ZANAHORIA  
HUEVOS FRITOS CON PISTO  
LECHUGA Y PEPINO  
HELADO

3

SALTEADO DE BRÓCOLI Y CHAMPIÑONES  
FILETE DE MERLUZA AL HORNO  
ARROZ INTEGRAL  
FRUTA

4

ARROZ CON TOMATE Y CEBOLLA  
GUIZO DE GARBANZOS, RAPE Y CALAMAR  
FRUTA

5

CREMA DE CALABACÍN, ZANAHORIA Y CEBOLLA  
POLLO ASADO CON TOMILLO  
TOMATE Y MAÍZ  
FRUTA

8

ESPIRALES (INTEGRAL) CON TOMATE Y ALBAHACA  
FILETE DE ABADAJO A LA ROMANA  
ENSALADA DE LECHUGA, TOMATE, ZANAHORIA Y ACEITUNAS  
FRUTA

9

JUDÍAS VERDES CON ACEITE DE OLIVA  
HUEVOS CON SAMFAINA  
LECHUGA Y MAÍZ  
YOGUR

10

VICHYSOISE  
YAKITORI DE POLLO  
PATATA Y CEBOLLA  
FRUTA

11

LENTEJAS (ECOLÓGICO) CON CALABACÍN  
TORTILLA DE PATATA  
LECHUGA, TOMATE Y BROTES  
FRUTA

12

ENSALADILLA DE ARROZ  
ESTOFADO DE PAVO  
FRUTA

15

LENTEJAS ESTOFADAS DE LA ABUELA  
TORTILLA DE CALABACÍN  
LECHUGA Y PEPINO  
FRUTA

16

ARROZ EN PAELLA CON POLLO  
LOMOS DE MERLUZA EN Salsa VERDE  
FRUTA

17

MACARRONES (INTEGRAL) CON TOMATE Y QUESO  
REVUELTO DE CALABACÍN  
LECHUGA, TOMATE Y MAÍZ  
FRUTA

18

TRICOLOR DE GUISANTES, PATATAS Y ZANAHORIA  
CROQUETAS DE POLLO  
LECHUGA Y OLIVAS  
FRUTA

19

**MENÚ ESPECIAL FIN DE CURSO**  
HAMBURGUESA DE PAVO A LA PLANCHA  
PATATAS DADO  
HELADO












LUNES

MARTES

MIÉRCOLES

JUEVES

VIERNES

1

ENSALADA DE PASTA (ZANAHORIA, MAIZ Y ACEITUNA VERDE)  
SALMÓN CON SALSА MEDITERRANEA  
TOMATE ALIÑADO  
FRUTA

2

ALUBIAS BLANCAS GUIADAS CON ZANAHORIA  
HUEVOS FRITOS CON PISTO  
LECHUGA Y PEPINO  
HELADO

3

SALTEADO DE BRÓCOLI Y CHAMPIÑONES  
FILETE DE MERLUZA AL HORNO  
ARROZ INTEGRAL  
FRUTA

4

ARROZ CON TOMATE Y CEBOLLA  
GUISO DE GARBANZOS, RAPE Y CALAMAR  
FRUTA

5

CREMA DE CALABACÍN, ZANAHORIA Y CEBOLLA  
REVUELTO DE HUEVO Y PATATAS  
TOMATE Y MAÍZ  
FRUTA

8

ESPIRALES (INTEGRAL) CON TOMATE Y ALBAHACA  
FILETE DE ABADEJO A LA ROMANA  
ENSALADA DE LECHUGA, TOMATE, ZANAHORIA Y ACEITUNAS  
FRUTA

9

JUDÍAS VERDES CON ACEITE DE OLIVA  
HUEVOS CON SAMFAINA  
LECHUGA Y MAÍZ  
YOGUR

10

VICHYSOISE  
SALMÓN AL HORNO CON MOJO DE ACEITE DE OLIVA Y HIERBAS  
PATATA Y CEBOLLA  
FRUTA

11

LENTEJAS (ECOLÓGICO) CON CALABACÍN  
TORTILLA DE PATATA  
LECHUGA, TOMATE Y BROTES  
FRUTA

12

ENSALADILLA DE ARROZ  
ESTOFADO DE LEGUMBRETA CON GARBANZOS Y VERDURITAS  
FRUTA

15

LENTEJAS ESTOFADAS DE LA ABUELA  
TORTILLA DE CALABACÍN  
LECHUGA Y PEPINO  
FRUTA

16

ARROZ EN PAELLA CON POLLO  
LOMOS DE MERLUZA EN SALSА VERDE  
FRUTA

17

MACARRONES (INTEGRAL) CON TOMATE Y QUESO  
REVUELTO DE CALABACÍN  
LECHUGA, TOMATE Y MAÍZ  
FRUTA

18

TRICOLOR DE GUISANTES, PATATAS Y ZANAHORIA  
CROQUETAS DE ESPINACAS  
LECHUGA Y OLIVAS  
FRUTA

19

**MENÚ ESPECIAL FIN DE CURSO**  
HAMBURGUESA DE PAVO A LA PLANCHA

PATATAS DADO  
HELADO



LUNES

MARTES

MIÉRCOLES

JUEVES

VIERNES

1

ENSALADA DE PASTA (ZANAHORIA, MAIZ Y ACEITUNA VERDE)  
SALMÓN CON SALSА MEDITERRANEA  
TOMATE ALIÑADO  
FRUTA

2

ALUBIAS BLANCAS GUIADAS CON ZANAHORIA  
HUEVOS FRITOS CON PISTO  
LECHUGA Y PEPINO  
HELADO

3

SALTEADO DE BRÓCOLI Y CHAMPIÑONES  
FILETE DE MERLUZA AL HORNO  
ARROZ INTEGRAL  
FRUTA

4

ARROZ CON TOMATE Y CEBOLLA  
GUIZO DE GARBANZOS, RAPE Y CALAMAR  
FRUTA

5

CREMA DE CALABACÍN, ZANAHORIA Y CEBOLLA  
POLLO ASADO CON TOMILLO  
TOMATE Y MAÍZ  
FRUTA

8

ESPIRALES (INTEGRAL) CON TOMATE Y ALBAHACA  
FILETE DE ABADEJO A LA ROMANA  
ENSALADA DE LECHUGA, TOMATE, ZANAHORIA Y ACEITUNAS  
FRUTA

9

JUDÍAS VERDES CON ACEITE DE OLIVA  
HUEVOS CON SAMFAINA  
LECHUGA Y MAÍZ  
YOGUR

10

VICHYSOISE  
YAKITORI DE POLLO  
PATATA Y CEBOLLA  
FRUTA

11

LENTEJAS (ECOLÓGICO) CON CALABACÍN  
TORTILLA DE PATATA  
LECHUGA, TOMATE Y BROTES  
FRUTA

12

ENSALADILLA DE ARROZ  
ESTOFADO DE PAVO  
FRUTA

15

LENTEJAS ESTOFADAS DE LA ABUELA  
TORTILLA DE CALABACÍN  
LECHUGA Y PEPINO  
FRUTA

16

ARROZ EN PAELLA CON POLLO  
LOMOS DE MERLUZA EN SALSА VERDE  
FRUTA

17

MACARRONES (INTEGRAL) CON TOMATE Y QUESO  
REVUELTO DE CALABACÍN  
LECHUGA, TOMATE Y MAÍZ  
FRUTA

18

TRICOLOR DE GUISANTES, PATATAS Y ZANAHORIA  
CROQUETAS DE POLLO  
LECHUGA Y OLIVAS  
FRUTA

19

**MENÚ ESPECIAL FIN DE CURSO**  
HAMBURGUESA DE PAVO A LA PLANCHA  
PATATAS DADO  
HELADO



**LUNES**

**MARTES**

**MIÉRCOLES**

**JUEVES**

**VIERNES**

1

ENSALADA DE PASTA (ZANAHORIA, MAIZ Y ACEITUNA VERDE)  
SALMÓN CON SALSА MEDITERRANEA  
TOMATE ALIÑADO  
FRUTA

2

ALUBIAS BLANCAS GUIADAS CON ZANAHORIA  
HUEVOS FRITOS CON PISTO  
LECHUGA Y PEPINO  
HELADO

3

SALTEADO DE BRÓCOLI Y CHAMPIÑONES  
ALBÓNDIGAS EN SALSА  
ARROZ INTEGRAL  
FRUTA

4

ARROZ CON TOMATE Y CEBOLLA  
GUISO DE GARBANZOS, RAPE Y CALAMAR  
FRUTA

5

CREMA DE CALABACÍN, ZANAHORIA Y CEBOLLA  
POLLO ASADO CON TOMILLO  
TOMATE Y MAÍZ  
FRUTA

8

ESPIRALES (INTEGRAL) CON TOMATE Y ALBAHACA  
FILETE DE ABADEJO A LA ROMANA  
ENSALADA DE LECHUGA, TOMATE, ZANAHORIA Y ACEITUNAS  
FRUTA

9

JUDÍAS VERDES CON JAMÓN  
FILETE DE AGUJA DE CERDO AL HORNO  
LECHUGA Y MAÍZ  
YOGUR

10

VICHYSOISE  
YAKITORI DE POLLO  
PATATA Y CEBOLLA  
FRUTA

11

LENTEJAS CASERAS ESTOFADAS CON CHORIZO Y VERDURITAS  
TORTILLA DE PATATA  
LECHUGA, TOMATE Y BROTES  
FRUTA

12

ENSALADILLA DE ARROZ  
ESTOFADO DE PAVO  
FRUTA

15

LENTEJAS ESTOFADAS DE LA ABUELA  
TORTILLA DE CALABACÍN  
LECHUGA Y PEPINO  
FRUTA

16

ARROZ EN PAELLA CON POLLO  
LOMOS DE MERLUZA EN SALSА VERDE  
FRUTA

17

MACARRONES (INTEGRAL) CON TOMATE Y QUESO  
CINTA DE LOMO A LA PLANCHA  
LECHUGA, TOMATE Y MAÍZ  
FRUTA

18

TRICOLOR DE GUISANTES, PATATAS Y ZANAHORIA  
CROQUETAS DE POLLO  
LECHUGA Y OLIVAS  
FRUTA

19

**MENÚ ESPECIAL FIN DE CURSO**  
PIZZA DE JAMÓN, TOMATE Y QUESO

HELADO












LUNES

MARTES

MIÉRCOLES

JUEVES

VIERNES

1

ENSALADA DE PASTA (ZANAHORIA, MAIZ Y ACEITUNA VERDE)  
SALMÓN CON SALSA MEDITERRANEA  
TOMATE ALIÑADO  
FRUTA

2

ALUBIAS BLANCAS GUIADAS CON ZANAHORIA  
HUEVOS FRITOS CON PISTO  
LECHUGA Y PEPINO  
HELADO

3

SALTEADO DE BRÓCOLI Y CHAMPIÑONES  
ALBÓNDIGAS EN SALSA  
ARROZ INTEGRAL  
FRUTA

4

ARROZ CON TOMATE Y CEBOLLA  
GUIZO DE GARBANZOS, RAPE Y CALAMAR  
FRUTA

5

CREMA DE CALABACÍN, ZANAHORIA Y CEBOLLA  
POLLO ASADO CON TOMILLO  
TOMATE Y MAÍZ  
FRUTA

8

ESPIRALES (INTEGRAL) CON TOMATE Y ALBAHACA  
FILETE DE ABADEJO A LA ROMANA  
ENSALADA DE LECHUGA, TOMATE, ZANAHORIA Y ACEITUNAS  
FRUTA

9

JUDÍAS VERDES CON JAMÓN  
FILETE DE AGUJA DE CERDO AL HORNO  
LECHUGA Y MAÍZ  
YOGUR

10

VICHYSOISE  
YAKITORI DE POLLO  
PATATA Y CEBOLLA  
FRUTA

11

LENTEJAS CASERAS ESTOFADAS CON CHORIZO Y VERDURITAS  
TORTILLA DE PATATA  
LECHUGA, TOMATE Y BROTES  
FRUTA

12

ENSALADILLA DE ARROZ  
ESTOFADO DE PAVO  
FRUTA

15

LENTEJAS ESTOFADAS DE LA ABUELA  
TORTILLA DE CALABACÍN  
LECHUGA Y PEPINO  
FRUTA

16

ARROZ EN PAELLA CON POLLO  
LOMOS DE MERLUZA EN SALSA VERDE  
FRUTA

17

MACARRONES (INTEGRAL) CON TOMATE Y QUESO  
CINTA DE LOMO A LA PLANCHA  
LECHUGA, TOMATE Y MAÍZ  
FRUTA

18

TRICOLOR DE GUISANTES, PATATAS Y ZANAHORIA  
TIRAS DE POLLO FRITAS CON MAIZENA  
LECHUGA Y OLIVAS  
FRUTA

19

**MENÚ ESPECIAL FIN DE CURSO**  
PIZZA DE JAMÓN, TOMATE Y QUESO

HELADO



LUNES

MARTES

MIÉRCOLES

JUEVES

VIERNES

1

ENSALADA DE MACARRONES SIN GLUTEN NI HUEVO CON LECHUGA Y PEPINO  
SALMÓN CON SALSА MEDITERRANEA  
LECHUGA  
FRUTA

2

ALUBIAS BLANCAS GUISADAS CON ZANAHORIA  
HUEVOS FRITOS CON PISTO  
LECHUGA Y PEPINO  
HELADO

3

SALTEADO DE BRÓCOLI Y CHAMPIÑONES  
ALBÓNDIGAS EN SALSА  
ARROZ INTEGRAL  
FRUTA

4

ARROZ CON TOMATE Y CEBOLLA  
GUISO DE GARBANZOS, RAPE Y CALAMAR  
FRUTA

5

CREMA DE CALABACÍN, ZANAHORIA Y CEBOLLA  
POLLO ASADO CON TOMILLO  
LECHUGA Y MAÍZ  
FRUTA

8

MACARRONES SIN GLUTEN Y SIN HUEVO CON SALSА DE TOMATE CASERA  
FILETE DE ABADEJO AL HORNO  
LECHUGA Y OLIVAS  
FRUTA

9

JUDÍAS VERDES CON JAMÓN  
FILETE DE AGUJA DE CERDO AL HORNO  
LECHUGA Y MAÍZ  
YOGUR

10

VICHYSOISE  
BROCHETA DE POLLO ADOBADO AL HORNO  
PATATA Y CEBOLLA  
FRUTA

11

LENTEJAS (ECOLÓGICO) CON CALABACÍN  
TORTILLA DE PATATA  
LECHUGA  
FRUTA

12

ENSALADILLA DE ARROZ  
ESTOFADO DE PAVO  
FRUTA

15

LENTEJAS (ECOLÓGICO) CON CALABAZA  
TORTILLA DE CALABACÍN  
LECHUGA Y PEPINO  
FRUTA

16

ARROZ EN PAELLA CON POLLO  
LOMOS DE MERLUZA EN SALSА VERDE  
FRUTA

17

MACARRONES SIN GLUTEN Y SIN HUEVO CON SALSА DE TOMATE CASERA  
CINTA DE LOMO A LA PLANCHA  
LECHUGA Y MAÍZ  
FRUTA

18

TRICOLOR DE GUISANTES, PATATAS Y ZANAHORIA  
TIRAS DE POLLO FRITAS CON MAIZENA  
LECHUGA Y OLIVAS  
FRUTA

19

**MENÚ ESPECIAL FIN DE CURSO**  
HAMBURGUESA DE PAVO A LA PLANCHA

PATATAS DADO  
HELADO



LUNES

MARTES

MIÉRCOLES

JUEVES

VIERNES

1

ENSALADA DE PASTA (ZANAHORIA, MAIZ Y ACEITUNA VERDE)  
SALMÓN CON SALSА MEDITERRANEA  
TOMATE ALIÑADO  
FRUTA

2

ALUBIAS BLANCAS GUIADAS CON ZANAHORIA  
HUEVOS FRITOS CON PISTO  
LECHUGA Y PEPINO  
HELADO

3

SALTEADO DE BRÓCOLI Y CHAMPIÑONES  
ALBÓNDIGAS EN SALSА  
ARROZ INTEGRAL  
FRUTA

4

ARROZ CON TOMATE Y CEBOLLA  
GUIZO DE GARBANZOS, RAPE Y CALAMAR  
FRUTA

5

CREMA DE CALABACÍN, ZANAHORIA Y CEBOLLA  
POLLO ASADO CON TOMILLO  
TOMATE Y MAÍZ  
FRUTA

8

ESPIRALES (INTEGRAL) CON TOMATE Y ALBAHACA  
FILETE DE ABADEJO A LA ROMANA  
ENSALADA DE LECHUGA, TOMATE, ZANAHORIA Y ACEITUNAS  
FRUTA

9

JUDÍAS VERDES CON JAMÓN  
FILETE DE AGUJA DE CERDO AL HORNO  
LECHUGA Y MAÍZ  
YOGUR

10

VICHYSOISE  
YAKITORI DE POLLO  
PATATA Y CEBOLLA  
FRUTA

11

LENTEJAS CASERAS ESTOFADAS CON CHORIZO Y VERDURITAS  
TORTILLA DE PATATA  
LECHUGA, TOMATE Y BROTES  
FRUTA

12

ENSALADILLA DE ARROZ  
ESTOFADO DE PAVO  
FRUTA

15

LENTEJAS ESTOFADAS DE LA ABUELA  
TORTILLA DE CALABACÍN  
LECHUGA Y PEPINO  
FRUTA

16

ARROZ EN PAELLA CON POLLO  
LOMOS DE MERLUZA EN SALSА VERDE  
FRUTA

17

MACARRONES (INTEGRAL) CON TOMATE Y QUESO  
CINTA DE LOMO A LA PLANCHA  
LECHUGA, TOMATE Y MAÍZ  
FRUTA

18

TRICOLOR DE GUISANTES, PATATAS Y ZANAHORIA  
TIRAS DE POLLO FRITAS CON MAIZENA  
LECHUGA Y OLIVAS  
FRUTA

19

**MENÚ ESPECIAL FIN DE CURSO**  
PIZZA DE JAMÓN, TOMATE Y QUESO

HELADO



LUNES

MARTES

MIÉRCOLES

JUEVES

VIERNES

1

ENSALADA DE PASTA (ZANAHORIA, MAIZ Y ACEITUNA VERDE)  
SALMÓN CON SALSА MEDITERRANEA  
TOMATE ALIÑADO  
FRUTA

2

ALUBIAS BLANCAS GUIADAS CON ZANAHORIA  
HUEVOS FRITOS CON PISTO  
LECHUGA Y PEPINO  
HELADO

3

SALTEADO DE BRÓCOLI Y CHAMPIÑONES  
ALBÓNDIGAS EN SALSА  
ARROZ INTEGRAL  
FRUTA

4

ARROZ CON TOMATE Y CEBOLLA  
GUISO DE GARBANZOS, RAPE Y CALAMAR  
FRUTA

5

CREMA DE CALABACÍN, ZANAHORIA Y CEBOLLA  
POLLO ASADO CON TOMILLO  
TOMATE Y MAÍZ  
FRUTA

8

ESPIRALES (INTEGRAL) CON TOMATE Y ALBAHACA  
FILETE DE ABADEJO A LA ROMANA  
ENSALADA DE LECHUGA, TOMATE, ZANAHORIA Y ACEITUNAS  
FRUTA

9

JUDÍAS VERDES CON JAMÓN  
FILETE DE AGUJA DE CERDO AL HORNO  
LECHUGA Y MAÍZ  
YOGUR

10

VICHYSOISE  
YAKITORI DE POLLO  
PATATA Y CEBOLLA  
FRUTA

11

LENTEJAS CASERAS ESTOFADAS CON CHORIZO Y VERDURITAS  
TORTILLA DE PATATA  
LECHUGA, TOMATE Y BROTES  
FRUTA

12

ENSALADILLA DE ARROZ  
ESTOFADO DE PAVO  
FRUTA

15

LENTEJAS ESTOFADAS DE LA ABUELA  
TORTILLA DE CALABACÍN  
LECHUGA Y PEPINO  
FRUTA

16

ARROZ EN PAELLA CON POLLO  
LOMOS DE MERLUZA EN SALSА VERDE  
FRUTA

17

MACARRONES (INTEGRAL) CON TOMATE Y QUESO  
CINTA DE LOMO A LA PLANCHA  
LECHUGA, TOMATE Y MAÍZ  
FRUTA

18

TRICOLOR DE GUISANTES, PATATAS Y ZANAHORIA  
CROQUETAS DE POLLO  
LECHUGA Y OLIVAS  
FRUTA

19

**MENÚ ESPECIAL FIN DE CURSO**  
PIZZA DE JAMÓN, TOMATE Y QUESO  
HELADO



LUNES

MARTES

MIÉRCOLES

JUEVES

VIERNES

1

ENSALADA DE PASTA (ZANAHORIA, MAIZ Y ACEITUNA VERDE)  
SALMÓN CON SALSА MEDITERRANEA  
TOMATE ALIÑADO  
FRUTA

2

PATATAS CON PIMIENTOS  
HUEVOS FRITOS CON PISTO  
LECHUGA Y PEPINO  
HELADO

3

SALTEADO DE BRÓCOLI Y CHAMPIÑONES  
ALBÓNDIGAS EN SALSА  
ARROZ INTEGRAL  
FRUTA

4

ARROZ CON TOMATE Y CEBOLLA  
HAMBURGUESA DE PAVO A LA PLANCHA  
FRUTA

5

CREMA DE CALABACÍN, ZANAHORIA Y CEBOLLA  
POLLO ASADO CON TOMILLO  
TOMATE Y MAÍZ  
FRUTA

8

ESPIRALES (INTEGRAL) CON TOMATE Y ALBAHACA  
FILETE DE ABADEJO A LA ROMANA  
ENSALADA DE LECHUGA, TOMATE, ZANAHORIA Y ACEITUNAS  
FRUTA

9

JUDÍAS VERDES CON JAMÓN  
FILETE DE AGUJA DE CERDO AL HORNO  
LECHUGA Y MAÍZ  
YOGUR

10

VICHYSOISE  
YAKITORI DE POLLO  
PATATA Y CEBOLLA  
FRUTA

11

LENTEJAS (ECOLÓGICO) CON CALABACÍN  
TORTILLA DE PATATA  
LECHUGA, TOMATE Y BROTES  
FRUTA

12

ENSALADILLA DE ARROZ  
ESTOFADO DE PAVO  
FRUTA

15

LENTEJAS ESTOFADAS DE LA ABUELA  
TORTILLA DE CALABACÍN  
LECHUGA Y PEPINO  
FRUTA

16

ARROZ EN PAELLA CON POLLO  
LOMOS DE MERLUZA EN SALSА VERDE  
FRUTA

17

MACARRONES (INTEGRAL) CON TOMATE Y QUESO  
CINTA DE LOMO A LA PLANCHA  
LECHUGA, TOMATE Y MAÍZ  
FRUTA

18

TRICOLOR DE GUISANTES, PATATAS Y ZANAHORIA  
CROQUETAS DE POLLO  
LECHUGA Y OLIVAS  
FRUTA

19

**MENÚ ESPECIAL FIN DE CURSO**  
PIZZA DE JAMÓN, TOMATE Y QUESO  
HELADO



LUNES

MARTES

MIÉRCOLES

JUEVES

VIERNES

1

ENSALADA DE MACARRONES SIN GLUTEN NI HUEVO CON LECHUGA Y PEPINO  
SALMÓN CON SALSA MEDITERRANEA  
TOMATE ALIÑADO  
FRUTA

2

ALUBIAS BLANCAS GUISADAS CON ZANAHORIA  
HUEVOS FRITOS CON PISTO  
LECHUGA Y PEPINO  
POSTRE VEGETAL DE SOJA

3

SALTEADO DE BRÓCOLI Y CHAMPIÑONES  
ALBÓNDIGAS EN SALSA  
ARROZ INTEGRAL  
FRUTA

4

ARROZ CON TOMATE Y CEBOLLA  
GUIZO DE GARBANZOS, RAPE Y CALAMAR  
FRUTA

5

CREMA DE CALABACÍN, ZANAHORIA Y CEBOLLA  
POLLO ASADO CON TOMILLO  
TOMATE Y MAÍZ  
FRUTA

8

MACARRONES SIN GLUTEN Y SIN HUEVO CON SALSA DE TOMATE CASERA  
FILETE DE ABADEJO AL HORNO  
ENSALADA DE LECHUGA, TOMATE, ZANAHORIA Y ACEITUNAS  
FRUTA

9

JUDÍAS VERDES CON JAMÓN  
FILETE DE AGUJA DE CERDO AL HORNO  
LECHUGA Y MAÍZ  
POSTRE VEGETAL DE SOJA

10

CREMA DE ESPÁRRAGOS  
YAKITORI DE POLLO  
PATATA Y CEBOLLA  
FRUTA

11

LENTEJAS (ECOLÓGICO) CON CALABACÍN  
TORTILLA DE PATATA  
LECHUGA, TOMATE Y BROTES  
FRUTA

12

ENSALADILLA DE ARROZ  
ESTOFADO DE PAVO  
FRUTA

15

LENTEJAS (ECOLÓGICO) CON CALABAZA  
TORTILLA DE CALABACÍN  
LECHUGA Y PEPINO  
FRUTA

16

ARROZ EN PAELLA CON POLLO  
LOMOS DE MERLUZA EN SALSA VERDE  
FRUTA

17

MACARRONES SIN GLUTEN Y SIN HUEVO CON SALSA DE TOMATE CASERA  
CINTA DE LOMO A LA PLANCHA  
LECHUGA, TOMATE Y MAÍZ  
FRUTA

18

TRICOLOR DE GUISANTES, PATATAS Y ZANAHORIA  
TIRAS DE POLLO FRITAS CON MAIZENA  
LECHUGA Y OLIVAS  
FRUTA

19

**MENÚ ESPECIAL FIN DE CURSO**  
HAMBURGUESA DE PAVO A LA PLANCHA  
PATATAS DADO  
POSTRE VEGETAL DE SOJA



LUNES

MARTES

MIÉRCOLES

JUEVES

VIERNES

1

ENSALADA DE MACARRONES SIN GLUTEN NI HUEVO CON LECHUGA Y PEPINO  
SALMÓN CON SALSA MEDITERRANEA  
TOMATE ALIÑADO  
FRUTA

2

ALUBIAS BLANCAS GUIADAS CON ZANAHORIA  
HUEVOS FRITOS CON PISTO  
LECHUGA Y PEPINO  
HELADO

3

SALTEADO DE BRÓCOLI Y CHAMPIÑONES  
ALBÓNDIGAS EN SALSA  
ARROZ INTEGRAL  
FRUTA

4

ARROZ CON TOMATE Y CEBOLLA  
GUIZO DE GARBANZOS, RAPE Y CALAMAR  
FRUTA

5

CREMA DE CALABACÍN, ZANAHORIA Y CEBOLLA  
POLLO ASADO CON TOMILLO  
TOMATE Y MAÍZ  
FRUTA

8

MACARRONES SIN GLUTEN Y SIN HUEVO CON SALSA DE TOMATE CASERA  
FILETE DE ABADEJO AL HORNO  
ENSALADA DE LECHUGA, TOMATE, ZANAHORIA Y ACEITUNAS  
FRUTA

9

JUDÍAS VERDES CON JAMÓN  
FILETE DE AGUJA DE CERDO AL HORNO  
LECHUGA Y MAÍZ  
YOGUR

10

VICHYSOISE  
YAKITORI DE POLLO  
PATATA Y CEBOLLA  
FRUTA

11

LENTEJAS (ECOLÓGICO) CON CALABACÍN  
TORTILLA DE PATATA  
LECHUGA, TOMATE Y BROTES  
FRUTA

12

ENSALADILLA DE ARROZ  
ESTOFADO DE PAVO  
FRUTA

15

LENTEJAS (ECOLÓGICO) CON CALABAZA  
TORTILLA DE CALABACÍN  
LECHUGA Y PEPINO  
FRUTA

16

ARROZ EN PAELLA CON POLLO  
LOMOS DE MERLUZA EN SALSA VERDE  
FRUTA

17

MACARRONES SIN GLUTEN Y SIN HUEVO CON SALSA DE TOMATE CASERA  
CINTA DE LOMO A LA PLANCHA  
LECHUGA, TOMATE Y MAÍZ  
FRUTA

18

TRICOLOR DE GUISANTES, PATATAS Y ZANAHORIA  
TIRAS DE POLLO FRITAS CON MAIZENA  
LECHUGA Y OLIVAS  
FRUTA

19

**MENÚ ESPECIAL FIN DE CURSO**  
HAMBURGUESA DE PAVO A LA PLANCHA  
PATATAS DADO  
HELADO



LUNES

MARTES

MIÉRCOLES

JUEVES

VIERNES

1

ENSALADA DE MACARRONES SIN GLUTEN NI HUEVO CON LECHUGA Y PEPINO  
SALMÓN AL HORNO  
LECHUGA  
FRUTA

2

ALUBIAS BLANCAS GUISADAS CON ZANAHORIA  
HUEVOS FRITOS  
LECHUGA Y PEPINO  
POSTRE VEGETAL DE SOJA

3

BRÓCOLI REHOGADO  
FILETE DE MERLUZA AL HORNO  
ARROZ INTEGRAL  
FRUTA

4

ARROZ CON CALABACÍN  
GARBANZOS CON VERDURAS  
FRUTA

5

CREMA DE CALABACÍN, ZANAHORIA Y CEBOLLA  
POLLO ASADO CON TOMILLO  
LECHUGA Y MAÍZ  
FRUTA

8

MACARRONES (SIN GLUTEN Y SIN HUEVO) SALTEADA  
FILETE DE ABADEJO AL HORNO  
LECHUGA Y OLIVAS  
FRUTA

9

JUDÍAS VERDES CON ACEITE DE OLIVA  
HUEVOS REVUELTOS  
LECHUGA Y MAÍZ  
POSTRE VEGETAL DE SOJA

10

CREMA DE ESPÁRRAGOS  
YAKITORI DE POLLO  
PATATA Y CEBOLLA  
FRUTA

11

LENTEJAS (ECOLÓGICO) CON CALABACÍN  
TORTILLA DE PATATA  
LECHUGA  
FRUTA

12

ENSALADILLA DE ARROZ  
PINCHITOS DE PAVO  
FRUTA

15

LENTEJAS (ECOLÓGICO) CON CALABACÍN  
TORTILLA DE CALABACÍN  
LECHUGA Y PEPINO  
FRUTA

16

ARROZ CON BERENJENA  
LOMOS DE MERLUZA EN Salsa VERDE  
FRUTA

17

MACARRONES (SIN GLUTEN Y SIN HUEVO) SALTEADA  
REVUELTO DE CALABACÍN  
LECHUGA Y MAÍZ  
FRUTA

18

TRICOLOR DE GUISANTES, PATATAS Y ZANAHORIA  
TIRAS DE POLLO FRITAS CON MAIZENA  
LECHUGA Y OLIVAS  
FRUTA

19

**MENÚ ESPECIAL FIN DE CURSO**  
HAMBURGUESA DE PAVO A LA PLANCHA  
PATATAS DADO  
POSTRE VEGETAL DE SOJA












LUNES

MARTES

MIÉRCOLES

JUEVES

VIERNES

1

ENSALADA DE MACARRONES SIN GLUTEN NI HUEVO CON LECHUGA Y PEPINO  
SALMÓN CON SALSA MEDITERRANEA  
TOMATE ALIÑADO  
FRUTA

2

ALUBIAS BLANCAS GUISADAS CON ZANAHORIA  
HUEVOS FRITOS CON PISTO  
LECHUGA Y PEPINO  
POSTRE VEGETAL DE SOJA

3

SALTEADO DE BRÓCOLI Y CHAMPIÑONES  
ALBÓNDIGAS EN SALSA  
ARROZ INTEGRAL  
FRUTA

4

ARROZ CON TOMATE Y CEBOLLA  
GUIZO DE GARBANZOS, RAPE Y CALAMAR  
FRUTA

5

CREMA DE CALABACÍN, ZANAHORIA Y CEBOLLA  
POLLO ASADO CON TOMILLO  
TOMATE Y MAÍZ  
FRUTA

8

MACARRONES SIN GLUTEN Y SIN HUEVO CON SALSA DE TOMATE CASERA  
FILETE DE ABADEJO AL HORNO  
ENSALADA DE LECHUGA, TOMATE, ZANAHORIA Y ACEITUNAS  
FRUTA

9

JUDÍAS VERDES CON JAMÓN  
FILETE DE AGUJA DE CERDO AL HORNO  
LECHUGA Y MAÍZ  
POSTRE VEGETAL DE SOJA

10

CREMA DE ESPÁRRAGOS  
BROCHETA DE POLLO ADOBADO AL HORNO  
PATATA Y CEBOLLA  
FRUTA

11

LENTEJAS (ECOLÓGICO) CON CALABACÍN  
TORTILLA DE PATATA  
LECHUGA, TOMATE Y BROTES  
FRUTA

12

ENSALADILLA DE ARROZ  
ESTOFADO DE PAVO  
FRUTA

15

LENTEJAS (ECOLÓGICO) CON CALABAZA  
TORTILLA DE CALABACÍN  
LECHUGA Y PEPINO  
FRUTA

16

ARROZ EN PAELLA CON POLLO  
LOMOS DE MERLUZA EN SALSA VERDE  
FRUTA

17

MACARRONES SIN GLUTEN Y SIN HUEVO CON SALSA DE TOMATE CASERA  
CINTA DE LOMO A LA PLANCHA  
LECHUGA, TOMATE Y MAÍZ  
FRUTA

18

TRICOLOR DE GUISANTES, PATATAS Y ZANAHORIA  
TIRAS DE POLLO FRITAS CON MAIZENA  
LECHUGA Y OLIVAS  
FRUTA

19

**MENÚ ESPECIAL FIN DE CURSO**  
HAMBURGUESA DE PAVO A LA PLANCHA  
PATATAS DADO  
POSTRE VEGETAL DE SOJA



**LUNES**

**MARTES**

**MIÉRCOLES**

**JUEVES**

**VIERNES**

1

ENSALADA DE MACARRONES SIN GLUTEN NI HUEVO CON LECHUGA Y PEPINO  
SALMÓN CON SALSAS MEDITERRANEA  
TOMATE ALIÑADO  
FRUTA

2

ALUBIAS BLANCAS GUISADAS CON ZANAHORIA  
HUEVOS REVUELTOS  
LECHUGA Y PEPINO  
YOGUR DESNATADO

3

SALTEADO DE BRÓCOLI Y CHAMPIÑONES  
LOMO DE CERDO AL HORNO  
ARROZ INTEGRAL  
FRUTA

4

ARROZ CON TOMATE Y CEBOLLA  
GUIZO DE GARBANZOS, RAPE Y CALAMAR  
FRUTA

5

CREMA DE CALABACÍN, ZANAHORIA Y CEBOLLA  
POLLO ASADO CON TOMILLO  
TOMATE Y MAÍZ  
FRUTA

8

MACARRONES SIN GLUTEN Y SIN HUEVO CON SALSAS DE TOMATE CASERA  
FILETE DE ABADAJE AL HORNO  
ENSALADA DE LECHUGA, TOMATE, ZANAHORIA Y ACEITUNAS  
FRUTA

9

JUDÍAS VERDES CON JAMÓN  
FILETE DE AGUJA DE CERDO AL HORNO  
LECHUGA Y MAÍZ  
YOGUR DESNATADO

10

CREMA DE ESPÁRRAGOS  
BROCHETA DE POLLO ADOBADO AL HORNO  
PATATA Y CEBOLLA  
FRUTA

11

LENTEJAS (ECOLÓGICO) CON CALABACÍN  
HUEVOS REVUELTOS  
LECHUGA, TOMATE Y BROTES  
FRUTA

12

ENSALADILLA DE ARROZ  
ESTOFADO DE PAVO  
FRUTA

15

LENTEJAS (ECOLÓGICO) CON CALABAZA  
HUEVOS REVUELTOS  
LECHUGA Y PEPINO  
FRUTA

16

ARROZ EN PAELLA CON POLLO  
LOMOS DE MERLUZA EN SALSAS VERDES  
FRUTA

17

MACARRONES SIN GLUTEN Y SIN HUEVO CON SALSAS DE TOMATE CASERA  
CINTA DE LOMO A LA PLANCHA  
LECHUGA, TOMATE Y MAÍZ  
FRUTA

18

TRICOLOR DE GUISANTES, PATATAS Y ZANAHORIA  
TIRAS DE POLLO A LA PLANCHA  
LECHUGA Y OLIVAS  
FRUTA

19

**MENÚ ESPECIAL FIN DE CURSO**  
HAMBURGUESA DE PAVO A LA PLANCHA  
PATATAS DADO  
YOGUR DESNATADO












LUNES

MARTES

MIÉRCOLES

JUEVES

VIERNES

1

ENSALADA DE MACARRONES SIN GLUTEN NI HUEVO CON LECHUGA Y PEPINO  
SOLOMILLO DE POLLO EN SALSA  
TOMATE ALIÑADO  
FRUTA

2

ALUBIAS BLANCAS GUISADAS CON ZANAHORIA  
SECRETO DE CERDO AL HORNO  
LECHUGA Y PEPINO  
HELADO

3

SALTEADO DE BRÓCOLI Y CHAMPIÑONES  
ALBÓNDIGAS EN SALSA  
ARROZ INTEGRAL  
FRUTA

4

ARROZ CON TOMATE Y CEBOLLA  
GARBANZOS CON VERDURAS  
FRUTA

5

CREMA DE CALABACÍN, ZANAHORIA Y CEBOLLA  
POLLO ASADO CON TOMILLO  
TOMATE Y MAÍZ  
FRUTA

8

MACARRONES SIN GLUTEN Y SIN HUEVO CON SALSA DE TOMATE CASERA  
POLLO EN SALSA  
ENSALADA DE LECHUGA, TOMATE, ZANAHORIA Y ACEITUNAS  
FRUTA

9

JUDÍAS VERDES CON JAMÓN  
FILETE DE AGUJA DE CERDO AL HORNO  
LECHUGA Y MAÍZ  
YOGUR

10

VICHYSOISE  
YAKITORI DE POLLO  
PATATA Y CEBOLLA  
FRUTA

11

LENTEJAS CASERAS ESTOFADAS CON CHORIZO Y VERDURITAS  
BISTEC DE MAGRA FINAS HIERBAS  
LECHUGA, TOMATE Y BROTES  
FRUTA

12

ARROZ BLANCO CON CHAMPIÑONES  
ESTOFADO DE PAVO  
FRUTA

15

LENTEJAS ESTOFADAS DE LA ABUELA  
MAGRA DE CERDO AL HORNO EN SU JUGO  
LECHUGA Y PEPINO  
FRUTA

16

ARROZ EN PAELLA CON POLLO  
POLLO ASADO CON TOMILLO  
FRUTA

17

MACARRONES SIN GLUTEN Y SIN HUEVO CON SALSA DE TOMATE CASERA  
CINTA DE LOMO A LA PLANCHA  
LECHUGA, TOMATE Y MAÍZ  
FRUTA

18

TRICOLOR DE GUISANTES, PATATAS Y ZANAHORIA  
TIRAS DE POLLO FRITAS CON MAIZENA  
LECHUGA Y OLIVAS  
FRUTA

19

**MENÚ ESPECIAL FIN DE CURSO**  
HAMBURGUESA DE PAVO A LA PLANCHA  
PATATAS DADO  
HELADO



## LUNES

## MARTES

## MIÉRCOLES

## JUEVES

## VIERNES

1

ENSALADA DE PASTA (ZANAHORIA, MAIZ Y ACEITUNA VERDE)  
SALMÓN CON SALSА MEDITERRANEA  
TOMATE ALIÑADO  
FRUTA

2

ALUBIAS BLANCAS GUIADAS CON ZANAHORIA  
HUEVOS FRITOS CON PISTO  
LECHUGA Y PEPINO  
POSTRE VEGETAL DE SOJA

3

SALTEADO DE BRÓCOLI Y CHAMPIÑONES  
ALBÓNDIGAS EN SALSА  
ARROZ INTEGRAL  
FRUTA

4

ARROZ CON TOMATE Y CEBOLLA  
GUISO DE GARBANZOS, RAPE Y CALAMAR  
FRUTA

5

CREMA DE CALABACÍN, ZANAHORIA Y CEBOLLA  
POLLO ASADO CON TOMILLO  
TOMATE Y MAÍZ  
FRUTA

8

ESPIRALES (INTEGRAL) CON TOMATE Y ALBAHACA  
FILETE DE ABADEJO A LA ROMANA  
ENSALADA DE LECHUGA, TOMATE, ZANAHORIA Y ACEITUNAS  
FRUTA

9

JUDÍAS VERDES CON JAMÓN  
FILETE DE AGUJA DE CERDO AL HORNO  
LECHUGA Y MAÍZ  
POSTRE VEGETAL DE SOJA

10

CREMA DE ESPÁRRAGOS  
YAKITORI DE POLLO  
PATATA Y CEBOLLA  
FRUTA

11

LENTEJAS CASERAS ESTOFADAS CON CHORIZO Y VERDURITAS  
TORTILLA DE PATATA  
LECHUGA, TOMATE Y BROTES  
FRUTA

12

ENSALADILLA DE ARROZ  
ESTOFADO DE PAVO  
FRUTA

15

LENTEJAS ESTOFADAS DE LA ABUELA  
TORTILLA DE CALABACÍN  
LECHUGA Y PEPINO  
FRUTA

16

ARROZ EN PAELLA CON POLLO  
LOMOS DE MERLUZA EN SALSА VERDE  
FRUTA

17

MACARRONES SIN GLUTEN Y SIN HUEVO CON SALSА DE TOMATE CASERA  
CINTA DE LOMO A LA PLANCHA  
LECHUGA, TOMATE Y MAÍZ  
FRUTA

18

TRICOLOR DE GUISANTES, PATATAS Y ZANAHORIA  
TIRAS DE POLLO FRITAS CON MAIZENA  
LECHUGA Y OLIVAS  
FRUTA

19

**MENÚ ESPECIAL FIN DE CURSO**  
HAMBURGUESA DE PAVO A LA PLANCHA  
PATATAS DADO  
POSTRE VEGETAL DE SOJA



FISH REVOLUTION



**LUNES**

**MARTES**

**MIÉRCOLES**

**JUEVES**

**VIERNES**

1

ENSALADA DE PASTA (ZANAHORIA, MAIZ Y ACEITUNA VERDE)  
SALMÓN CON SALSAS MEDITERRANEA  
TOMATE ALIÑADO  
POSTRE VEGETAL DE SOJA

2

PATATAS CON PIMIENTOS  
HUEVOS FRITOS CON PISTO  
LECHUGA Y PEPINO  
POSTRE VEGETAL DE SOJA

3

CHAMPIÑONES AL AJILLO  
LOMO DE CERDO AL HORNO  
ARROZ INTEGRAL  
POSTRE VEGETAL DE SOJA

4

ARROZ CON TOMATE Y CEBOLLA  
HAMBURGUESA DE PAVO A LA PLANCHA  
POSTRE VEGETAL DE SOJA

5

CREMA DE CALABACÍN, ZANAHORIA Y CEBOLLA  
POLLO ASADO CON TOMILLO  
TOMATE Y MAÍZ  
POSTRE VEGETAL DE SOJA

8

ESPIRALES (INTEGRAL) CON TOMATE Y ALBAHACA  
FILETE DE ABADEJO A LA ROMANA  
ENSALADA DE LECHUGA, TOMATE, ZANAHORIA Y ACEITUNAS  
POSTRE VEGETAL DE SOJA

9

ACELGAS REHOGADAS  
FILETE DE AGUJA DE CERDO AL HORNO  
LECHUGA Y MAÍZ  
POSTRE VEGETAL DE SOJA

10

CREMA DE ESPÁRRAGOS  
YAKITORI DE POLLO  
PATATA Y CEBOLLA  
POSTRE VEGETAL DE SOJA

11

ASADO DE VERDURAS  
TORTILLA DE PATATA  
LECHUGA, TOMATE Y BROTES  
POSTRE VEGETAL DE SOJA

12

ARROZ BLANCO CON CHAMPIÑONES  
ESTOFADO DE PAVO  
POSTRE VEGETAL DE SOJA

15

CHAMPIÑONES AL AJILLO  
TORTILLA DE CALABACÍN  
LECHUGA Y PEPINO  
POSTRE VEGETAL DE SOJA

16

ARROZ CON BERENJENA  
MERLUZA AL HORNO  
POSTRE VEGETAL DE SOJA

17

MACARRONES SIN GLUTEN Y SIN HUEVO CON SALSAS DE TOMATE CASERA  
CINTA DE LOMO A LA PLANCHA  
LECHUGA, TOMATE Y MAÍZ  
POSTRE VEGETAL DE SOJA

18

PATATAS EN SALSAS VERDES  
TIRAS DE POLLO FRITAS CON MAIZENA  
LECHUGA Y OLIVAS  
POSTRE VEGETAL DE SOJA

19

**MENÚ ESPECIAL FIN DE CURSO**  
HAMBURGUESA DE PAVO A LA PLANCHA  
PATATAS DADO  
POSTRE VEGETAL DE SOJA



**LUNES**

**MARTES**

**MIÉRCOLES**

**JUEVES**

**VIERNES**

1

ENSALADA DE PASTA (ZANAHORIA, MAIZ Y ACEITUNA VERDE)  
SALMÓN CON SALSА MEDITERRANEA  
LECHUGA  
FRUTA

2

ALUBIAS BLANCAS GUIADAS CON ZANAHORIA  
HUEVOS FRITOS CON PISTO  
LECHUGA Y PEPINO  
HELADO

3

SALTEADO DE BRÓCOLI Y CHAMPIÑONES  
ALBÓNDIGAS EN SALSА  
ARROZ INTEGRAL  
FRUTA

4

ARROZ CON TOMATE Y CEBOLLA  
GUISO DE GARBANZOS, RAPE Y CALAMAR  
FRUTA

5

CREMA DE CALABACÍN, ZANAHORIA Y CEBOLLA  
POLLO ASADO CON TOMILLO  
LECHUGA Y MAÍZ  
FRUTA

8

ESPIRALES (INTEGRAL) CON TOMATE Y ALBAHACA  
FILETE DE ABADEJO A LA ROMANA  
LECHUGA Y OLIVAS  
FRUTA

9

JUDÍAS VERDES CON JAMÓN  
FILETE DE AGUJA DE CERDO AL HORNO  
LECHUGA Y MAÍZ  
YOGUR

10

VICHYSOISE  
YAKITORI DE POLLO  
PATATA Y CEBOLLA  
FRUTA

11

LENTEJAS CASERAS ESTOFADAS CON CHORIZO Y VERDURITAS  
TORTILLA DE PATATA  
LECHUGA  
FRUTA

12

ENSALADILLA DE ARROZ  
ESTOFADO DE PAVO  
FRUTA

15

LENTEJAS ESTOFADAS DE LA ABUELA  
TORTILLA DE CALABACÍN  
LECHUGA Y PEPINO  
FRUTA

16

ARROZ EN PAELLA CON POLLO  
LOMOS DE MERLUZA EN SALSА VERDE  
FRUTA

17

MACARRONES (INTEGRAL) CON TOMATE Y QUESO  
CINTA DE LOMO A LA PLANCHA  
LECHUGA Y MAÍZ  
FRUTA

18

TRICOLOR DE GUISANTES, PATATAS Y ZANAHORIA  
TIRAS DE POLLO FRITAS CON MAIZENA  
LECHUGA Y OLIVAS  
FRUTA

19

**MENÚ ESPECIAL FIN DE CURSO**  
PIZZA DE JAMÓN, TOMATE Y QUESO

HELADO



**LUNES**

**MARTES**

**MIÉRCOLES**

**JUEVES**

**VIERNES**

1

MACARRONES SALTEADOS  
SALMÓN AL HORNO  
LECHUGA  
FRUTA

2

ALUBIAS PINTAS CON ARROZ Y VERDURAS  
(ZANAHORIA, CEBOLLA Y PIMIENTO)  
HUEVOS FRITOS  
LECHUGA Y PEPINO  
HELADO

3

BRÓCOLI AL VAPOR  
LOMO DE CERDO AL HORNO  
ARROZ INTEGRAL  
FRUTA

4

ARROZ CON CALABACÍN  
GARBANZOS CON VINAGRETA  
FRUTA

5

CREMA DE VERDURAS SIN PATATA  
POLLO ASADO  
LECHUGA Y MAÍZ  
FRUTA

8

MACARRONES (INTEGRALES) SALTEADOS  
FILETE DE ABADEJO A LA ROMANA  
LECHUGA Y OLIVAS  
FRUTA

9

JUDÍAS VERDES CON ACEITE DE OLIVA  
FILETE DE AGUJA DE CERDO AL HORNO  
LECHUGA Y MAÍZ  
YOGUR

10

CREMA DE VERDURAS SIN PATATA  
BROCHETA DE POLLO ADOBADO AL HORNO  
BERENJENA A LA PLANCHA  
FRUTA

11

LENTEJAS HERVIDAS  
HUEVOS REVUELTOS  
LECHUGA  
FRUTA

12

ENSALADILLA DE ARROZ  
PINCHITOS DE PAVO  
FRUTA

15

LENTEJAS HERVIDAS  
HUEVOS REVUELTOS  
LECHUGA Y PEPINO  
FRUTA

16

ARROZ CON BERENJENA  
MERLUZA AL HORNO  
FRUTA

17

MACARRONES (INTEGRALES) SALTEADOS  
CINTA DE LOMO A LA PLANCHA  
LECHUGA Y MAÍZ  
FRUTA

18

GUISANTES CON ZANAHORIA  
TIRAS DE POLLO FRITAS CON MAIZENA  
LECHUGA Y OLIVAS  
FRUTA

19

**MENÚ ESPECIAL FIN DE CURSO**  
FILETE DE POLLO A LA PLANCHA  
CALABACÍN AL HORNO  
HELADO












LUNES

MARTES

MIÉRCOLES

JUEVES

VIERNES

1

ENSALADA DE MACARRONES SIN GLUTEN NI HUEVO CON LECHUGA Y PEPINO  
SALMÓN AL HORNO  
LECHUGA  
FRUTA

2

ALUBIAS BLANCAS GUIADAS CON ZANAHORIA  
HUEVOS FRITOS  
LECHUGA Y PEPINO  
YOGUR

3

BRÓCOLI REHOGADO  
LOMO DE CERDO AL HORNO  
ARROZ INTEGRAL  
FRUTA

4

ARROZ CON CALABACÍN  
GARBANZOS CON VERDURAS  
FRUTA

5

CREMA DE CALABACÍN, ZANAHORIA Y CEBOLLA  
POLLO ASADO CON TOMILLO  
LECHUGA Y MAÍZ  
FRUTA

8

MACARRONES (SIN GLUTEN Y SIN HUEVO) SALTEADA  
SALMÓN ENCEBOLLADO  
LECHUGA Y OLIVAS  
FRUTA

9

JUDÍAS VERDES CON JAMÓN  
FILETE DE AGUJA DE CERDO AL HORNO  
LECHUGA Y MAÍZ  
YOGUR

10

VICHYSOISE  
BROCHETA DE POLLO ADOBADO AL HORNO  
PATATA Y CEBOLLA  
FRUTA

11

LENTEJAS (ECOLÓGICO) CON CALABACÍN  
TORTILLA DE PATATA  
LECHUGA  
FRUTA

12

ENSALADILLA DE ARROZ  
PINCHITOS DE PAVO  
FRUTA

15

LENTEJAS (ECOLÓGICO) CON CALABAZA  
TORTILLA DE CALABACÍN  
LECHUGA Y PEPINO  
FRUTA

16

ARROZ CON BERENJENA  
SALMÓN EN SALSA  
FRUTA

17

MACARRONES (SIN GLUTEN Y SIN HUEVO) SALTEADA  
CINTA DE LOMO A LA PLANCHA  
LECHUGA Y MAÍZ  
FRUTA

18

TRICOLOR DE GUISANTES, PATATAS Y ZANAHORIA  
TIRAS DE POLLO FRITAS CON MAIZENA  
LECHUGA Y OLIVAS  
FRUTA

19

**MENÚ ESPECIAL FIN DE CURSO**  
HAMBURGUESA DE PAVO A LA PLANCHA  
PATATAS DADO  
YOGUR












**LUNES**

**MARTES**

**MIÉRCOLES**

**JUEVES**

**VIERNES**

1

ENSALADA DE PASTA (ZANAHORIA, MAIZ Y ACEITUNA VERDE)  
SALMÓN CON SALSА MEDITERRANEA  
TOMATE ALIÑADO  
FRUTA

2

ALUBIAS BLANCAS GUIADAS CON ZANAHORIA  
HUEVOS FRITOS CON PISTO  
LECHUGA Y PEPINO  
HELADO

3

SALTEADO DE BRÓCOLI Y CHAMPIÑONES  
ALBÓNDIGAS EN SALSА  
ARROZ INTEGRAL  
FRUTA

4

ARROZ CON TOMATE Y CEBOLLA  
GUISO DE GARBANZOS, RAPE Y CALAMAR  
FRUTA

5

CREMA DE CALABACÍN, ZANAHORIA Y CEBOLLA  
POLLO ASADO CON TOMILLO  
TOMATE Y MAÍZ  
FRUTA

8

ESPIRALES (INTEGRAL) CON TOMATE Y ALBAHACA  
FILETE DE ABADEJO A LA ROMANA  
ENSALADA DE LECHUGA, TOMATE, ZANAHORIA Y ACEITUNAS  
FRUTA

9

JUDÍAS VERDES CON JAMÓN  
FILETE DE AGUJA DE CERDO AL HORNO  
LECHUGA Y MAÍZ  
YOGUR

10

VICHYSOISE  
YAKITORI DE POLLO  
PATATA Y CEBOLLA  
FRUTA

11

LENTEJAS CASERAS ESTOFADAS CON CHORIZO Y VERDURITAS  
TORTILLA DE PATATA  
LECHUGA, TOMATE Y BROTES  
FRUTA

12

ENSALADILLA DE ARROZ  
ESTOFADO DE PAVO  
FRUTA

15

LENTEJAS ESTOFADAS DE LA ABUELA  
TORTILLA DE CALABACÍN  
LECHUGA Y PEPINO  
FRUTA

16

ARROZ EN PAELLA CON POLLO  
LOMOS DE MERLUZA EN SALSА VERDE  
FRUTA

17

MACARRONES (INTEGRAL) CON TOMATE Y QUESO  
CINTA DE LOMO A LA PLANCHA  
LECHUGA, TOMATE Y MAÍZ  
FRUTA

18

TRICOLOR DE GUISANTES, PATATAS Y ZANAHORIA  
CROQUETAS DE POLLO  
LECHUGA Y OLIVAS  
FRUTA

19

**MENÚ ESPECIAL FIN DE CURSO**  
PIZZA DE JAMÓN, TOMATE Y QUESO

HELADO



LUNES

MARTES

MIÉRCOLES

JUEVES

VIERNES

1

ENSALADA DE PASTA (ZANAHORIA, MAIZ Y ACEITUNA VERDE)  
SOLOMILLO DE POLLO EN SALSA  
TOMATE ALIÑADO  
FRUTA

2

ALUBIAS BLANCAS GUIADAS CON ZANAHORIA  
HUEVOS FRITOS CON PISTO  
LECHUGA Y PEPINO  
HELADO

3

SALTEADO DE BRÓCOLI Y CHAMPIÑONES  
ALBÓNDIGAS EN SALSA  
ARROZ INTEGRAL  
FRUTA

4

ARROZ CON TOMATE Y CEBOLLA  
GUIZO DE GARBANZOS, RAPE Y CALAMAR  
FRUTA

5

CREMA DE CALABACÍN, ZANAHORIA Y CEBOLLA  
POLLO ASADO CON TOMILLO  
TOMATE Y MAÍZ  
FRUTA

8

ESPIRALES (INTEGRAL) CON TOMATE Y ALBAHACA  
FILETE DE ABADEJO A LA ROMANA  
ENSALADA DE LECHUGA, TOMATE, ZANAHORIA Y ACEITUNAS  
FRUTA

9

JUDÍAS VERDES CON JAMÓN  
FILETE DE AGUJA DE CERDO AL HORNO  
LECHUGA Y MAÍZ  
YOGUR

10

VICHYSOISE  
YAKITORI DE POLLO  
PATATA Y CEBOLLA  
FRUTA

11

LENTEJAS CASERAS ESTOFADAS CON CHORIZO Y VERDURITAS  
TORTILLA DE PATATA  
LECHUGA, TOMATE Y BROTES  
FRUTA

12

ENSALADILLA DE ARROZ  
ESTOFADO DE PAVO  
FRUTA

15

LENTEJAS ESTOFADAS DE LA ABUELA  
TORTILLA DE CALABACÍN  
LECHUGA Y PEPINO  
FRUTA

16

ARROZ EN PAELLA CON POLLO  
LOMOS DE MERLUZA EN SALSA VERDE  
FRUTA

17

MACARRONES (INTEGRAL) CON TOMATE Y QUESO  
CINTA DE LOMO A LA PLANCHA  
LECHUGA, TOMATE Y MAÍZ  
FRUTA

18

TRICOLOR DE GUISANTES, PATATAS Y ZANAHORIA  
TIRAS DE POLLO FRITAS CON MAIZENA  
LECHUGA Y OLIVAS  
FRUTA

19

**MENÚ ESPECIAL FIN DE CURSO**  
PIZZA DE JAMÓN, TOMATE Y QUESO  
HELADO



LUNES

MARTES

MIÉRCOLES

JUEVES

VIERNES

1

ENSALADA DE PASTA (ZANAHORIA, MAIZ Y ACEITUNA VERDE)  
SOLOMILLO DE POLLO EN SALSA  
TOMATE ALIÑADO  
FRUTA

2

ALUBIAS BLANCAS GUIADAS CON ZANAHORIA  
HUEVOS FRITOS CON PISTO  
LECHUGA Y PEPINO  
HELADO

3

SALTEADO DE BRÓCOLI Y CHAMPIÑONES  
ALBÓNDIGAS EN SALSA  
ARROZ INTEGRAL  
FRUTA

4

ARROZ CON TOMATE Y CEBOLLA  
GARBANZOS CON VERDURAS  
FRUTA

5

CREMA DE CALABACÍN, ZANAHORIA Y CEBOLLA  
POLLO ASADO CON TOMILLO  
TOMATE Y MAÍZ  
FRUTA

8

ESPIRALES (INTEGRAL) CON TOMATE Y ALBAHACA  
POLLO EN SALSA  
ENSALADA DE LECHUGA, TOMATE, ZANAHORIA Y ACEITUNAS  
FRUTA

9

JUDÍAS VERDES CON JAMÓN  
FILETE DE AGUJA DE CERDO AL HORNO  
LECHUGA Y MAÍZ  
YOGUR

10

VICHYSOISE  
YAKITORI DE POLLO  
PATATA Y CEBOLLA  
FRUTA

11

LENTEJAS CASERAS ESTOFADAS CON CHORIZO Y VERDURITAS  
TORTILLA DE PATATA  
LECHUGA, TOMATE Y BROTES  
FRUTA

12

ENSALADILLA DE ARROZ  
ESTOFADO DE PAVO  
FRUTA

15

LENTEJAS ESTOFADAS DE LA ABUELA  
TORTILLA DE CALABACÍN  
LECHUGA Y PEPINO  
FRUTA

16

ARROZ EN PAELLA CON POLLO  
POLLO ASADO CON TOMILLO  
FRUTA

17

MACARRONES (INTEGRAL) CON TOMATE Y QUESO  
CINTA DE LOMO A LA PLANCHA  
LECHUGA, TOMATE Y MAÍZ  
FRUTA

18

TRICOLOR DE GUISANTES, PATATAS Y ZANAHORIA  
TIRAS DE POLLO FRITAS CON MAIZENA  
LECHUGA Y OLIVAS  
FRUTA

19

**MENÚ ESPECIAL FIN DE CURSO**  
HAMBURGUESA DE PAVO A LA PLANCHA  
PATATAS DADO  
HELADO



LUNES

MARTES

MIÉRCOLES

JUEVES

VIERNES

1

ENSALADA DE PASTA (ZANAHORIA, MAIZ Y ACEITUNA VERDE)  
SALMÓN CON SALSА MEDITERRANEA  
TOMATE ALIÑADO  
FRUTA

2

ALUBIAS BLANCAS GUISADAS CON ZANAHORIA  
HUEVOS FRITOS CON PISTO  
LECHUGA Y PEPINO  
HELADO

3

SALTEADO DE BRÓCOLI Y CHAMPIÑONES  
ALBÓNDIGAS EN SALSА  
ARROZ INTEGRAL  
FRUTA

4

ARROZ CON TOMATE Y CEBOLLA  
GUISO DE GARBANZOS, RAPE Y CALAMAR  
FRUTA

5

CREMA DE CALABACÍN, ZANAHORIA Y CEBOLLA  
POLLO ASADO CON TOMILLO  
TOMATE Y MAÍZ  
FRUTA

8

ESPIRALES (INTEGRAL) CON TOMATE Y ALBAHACA  
FILETE DE ABADEJO A LA ROMANA  
ENSALADA DE LECHUGA, TOMATE, ZANAHORIA Y ACEITUNAS  
FRUTA

9

JUDÍAS VERDES CON JAMÓN  
FILETE DE AGUJA DE CERDO AL HORNO  
LECHUGA Y MAÍZ  
YOGUR

10

VICHYSOISE  
YAKITORI DE POLLO  
PATATA Y CEBOLLA  
FRUTA

11

LENTEJAS CASERAS ESTOFADAS CON CHORIZO Y VERDURITAS  
TORTILLA DE PATATA  
LECHUGA, TOMATE Y BROTES  
FRUTA

12

ENSALADILLA DE ARROZ  
ESTOFADO DE PAVO  
FRUTA

15

LENTEJAS ESTOFADAS DE LA ABUELA  
TORTILLA DE CALABACÍN  
LECHUGA Y PEPINO  
FRUTA

16

ARROZ EN PAELLA CON POLLO  
LOMOS DE MERLUZA EN SALSА VERDE  
FRUTA

17

MACARRONES (INTEGRAL) CON TOMATE Y QUESO  
CINTA DE LOMO A LA PLANCHA  
LECHUGA, TOMATE Y MAÍZ  
FRUTA

18

TRICOLOR DE GUISANTES, PATATAS Y ZANAHORIA  
CROQUETAS DE POLLO  
LECHUGA Y OLIVAS  
FRUTA

19

**MENÚ ESPECIAL FIN DE CURSO**  
PIZZA DE JAMÓN, TOMATE Y QUESO  
HELADO



LUNES

MARTES

MIÉRCOLES

JUEVES

VIERNES

1

ENSALADA DE PASTA (ZANAHORIA, MAIZ Y ACEITUNA VERDE)  
SOLOMILLO DE POLLO A LA PLANCHA  
LECHUGA  
FRUTA

2

ALUBIAS BLANCAS GUIADAS CON ZANAHORIA  
HUEVOS FRITOS  
LECHUGA Y PEPINO  
POSTRE VEGETAL DE SOJA

3

BRÓCOLI REHOGADO  
LOMO DE CERDO AL HORNO  
ARROZ INTEGRAL  
FRUTA

4

ARROZ CON CALABACÍN  
GARBANZOS CON VERDURAS  
FRUTA

5

CREMA DE CALABACÍN, ZANAHORIA Y CEBOLLA  
POLLO ASADO CON TOMILLO  
LECHUGA Y MAÍZ  
FRUTA

8

ESPIRALES (INTEGRALES) AL AJILLO  
POLLO EN SALSA  
LECHUGA Y OLIVAS  
FRUTA

9

JUDÍAS VERDES CON JAMÓN  
FILETE DE AGUJA DE CERDO AL HORNO  
LECHUGA Y MAÍZ  
POSTRE VEGETAL DE SOJA

10

CREMA DE ESPÁRRAGOS  
YAKITORI DE POLLO  
PATATA Y CEBOLLA  
FRUTA

11

LENTEJAS (ECOLÓGICO) CON CALABACÍN  
TORTILLA DE PATATA  
LECHUGA  
FRUTA

12

ENSALADILLA DE ARROZ  
PINCHITOS DE PAVO  
FRUTA

15

LENTEJAS (ECOLÓGICO) CON CALABAZA  
TORTILLA DE CALABACÍN  
LECHUGA Y PEPINO  
FRUTA

16

ARROZ CON BERENJENA  
POLLO ASADO CON TOMILLO  
FRUTA

17

MACARRONES (INTEGRALES) AL AJILLO  
CINTA DE LOMO A LA PLANCHA  
LECHUGA Y MAÍZ  
FRUTA

18

TRICOLOR DE GUISANTES, PATATAS Y ZANAHORIA  
TIRAS DE POLLO FRITAS CON MAIZENA  
LECHUGA Y OLIVAS  
FRUTA

19

**MENÚ ESPECIAL FIN DE CURSO**  
HAMBURGUESA DE PAVO A LA PLANCHA  
PATATAS DADO  
POSTRE VEGETAL DE SOJA



LUNES

MARTES

MIÉRCOLES

JUEVES

VIERNES

1

ENSALADA DE MACARRONES SIN GLUTEN NI HUEVO CON LECHUGA Y PEPINO  
SALMÓN CON SALSA MEDITERRANEA  
TOMATE ALIÑADO  
FRUTA

2

ALUBIAS BLANCAS GUIADAS CON ZANAHORIA  
HUEVOS FRITOS CON PISTO  
LECHUGA Y PEPINO  
YOGUR

3

SALTEADO DE BRÓCOLI Y CHAMPIÑONES  
ALBÓNDIGAS EN SALSA  
ARROZ INTEGRAL  
FRUTA

4

ARROZ CON TOMATE Y CEBOLLA  
GUIZO DE GARBANZOS, RAPE Y CALAMAR  
FRUTA

5

CREMA DE CALABACÍN, ZANAHORIA Y CEBOLLA  
POLLO ASADO CON TOMILLO  
TOMATE Y MAÍZ  
FRUTA

8

MACARRONES SIN GLUTEN Y SIN HUEVO CON SALSA DE TOMATE CASERA  
FILETE DE ABADEJO AL HORNO  
ENSALADA DE LECHUGA, TOMATE, ZANAHORIA Y ACEITUNAS  
FRUTA

9

JUDÍAS VERDES CON JAMÓN  
FILETE DE AGUJA DE CERDO AL HORNO  
LECHUGA Y MAÍZ  
YOGUR

10

VICHYSOISE  
BROCHETA DE POLLO ADOBADO AL HORNO  
PATATA Y CEBOLLA  
FRUTA

11

LENTEJAS CASERAS ESTOFADAS CON CHORIZO Y VERDURITAS  
TORTILLA DE PATATA  
LECHUGA, TOMATE Y BROTES  
FRUTA

12

ENSALADILLA DE ARROZ  
ESTOFADO DE PAVO  
FRUTA

15

LENTEJAS ESTOFADAS DE LA ABUELA  
TORTILLA DE CALABACÍN  
LECHUGA Y PEPINO  
FRUTA

16

ARROZ EN PAELLA CON POLLO  
LOMOS DE MERLUZA EN SALSA VERDE  
FRUTA

17

MACARRONES SIN GLUTEN Y SIN HUEVO CON SALSA DE TOMATE CASERA  
CINTA DE LOMO A LA PLANCHA  
LECHUGA, TOMATE Y MAÍZ  
FRUTA

18

TRICOLOR DE GUISANTES, PATATAS Y ZANAHORIA  
TIRAS DE POLLO FRITAS CON MAIZENA  
LECHUGA Y OLIVAS  
FRUTA

19

**MENÚ ESPECIAL FIN DE CURSO**  
HAMBURGUESA DE PAVO A LA PLANCHA  
PATATAS DADO  
YOGUR



LUNES

MARTES

MIÉRCOLES

JUEVES

VIERNES

1

ENSALADA DE PASTA (ZANAHORIA, MAIZ Y ACEITUNA VERDE)  
SALMÓN CON SALSА MEDITERRANEA  
TOMATE ALIÑADO  
FRUTA

2

ALUBIAS BLANCAS GUIADAS CON ZANAHORIA  
HUEVOS FRITOS CON PISTO  
LECHUGA Y PEPINO  
HELADO

3

BRÓCOLI REHOGADO  
ALBÓNDIGAS EN SALSА  
ARROZ INTEGRAL  
FRUTA

4

ARROZ CON TOMATE Y CEBOLLA  
GUISO DE GARBANZOS, RAPE Y CALAMAR  
FRUTA

5

CREMA DE CALABACÍN, ZANAHORIA Y CEBOLLA  
POLLO ASADO CON TOMILLO  
TOMATE Y MAÍZ  
FRUTA

8

ESPIRALES (INTEGRAL) CON TOMATE Y ALBAHACA  
FILETE DE ABADEJO A LA ROMANA  
ENSALADA DE LECHUGA, TOMATE, ZANAHORIA Y ACEITUNAS  
FRUTA

9

JUDÍAS VERDES CON JAMÓN  
FILETE DE AGUJA DE CERDO AL HORNO  
LECHUGA Y MAÍZ  
YOGUR

10

VICHYSOISE  
YAKITORI DE POLLO  
PATATA Y CEBOLLA  
FRUTA

11

LENTEJAS CASERAS ESTOFADAS CON CHORIZO Y VERDURITAS  
TORTILLA DE PATATA  
LECHUGA, TOMATE Y BROTES  
FRUTA

12

ENSALADILLA DE ARROZ  
ESTOFADO DE PAVO  
FRUTA

15

LENTEJAS ESTOFADAS DE LA ABUELA  
TORTILLA DE CALABACÍN  
LECHUGA Y PEPINO  
FRUTA

16

ARROZ EN PAELLA CON POLLO  
LOMOS DE MERLUZA EN SALSА VERDE  
FRUTA

17

MACARRONES (INTEGRAL) CON TOMATE Y QUESO  
CINTA DE LOMO A LA PLANCHA  
LECHUGA, TOMATE Y MAÍZ  
FRUTA

18

TRICOLOR DE GUISANTES, PATATAS Y ZANAHORIA  
CROQUETAS DE POLLO  
LECHUGA Y OLIVAS  
FRUTA

19

**MENÚ ESPECIAL FIN DE CURSO**  
PIZZA DE JAMÓN, TOMATE Y QUESO  
HELADO










