

# ALIMENTACIÓN SALUDABLE A LO LARGO DEL DÍA

## COMIDA 35%

En Serunion nuestro principal objetivo es alimentar a los niños y niñas con una cocina variada, equilibrada, tradicional y mediterránea, siguiendo el calendario de temporada de las frutas, verduras y hortalizas.

Utilizamos las mejores materias primas, primeras marcas y contamos con proveedores de alimentos de proximidad que garantizan la calidad de nuestros platos, y los cocinamos con el sabor y textura adecuados para los diferentes grupos de edad.

Nuestros menús cumplen las frecuencias de consumo de los grupos de alimentos en función de cada etapa de crecimiento, y se adaptan a las diferentes intolerancias y alergias alimentarias\*.

## DESAYUNO 25%

El desayuno es esencial para el rendimiento escolar de los niños y niñas.

Se puede repartir el desayuno en 2 ingestas, la primera y más importante en casa y la segunda a media mañana, durante el recreo.

Un DESAYUNO COMPLETO consta de:

### - FRUTA

Entera o troceada, principalmente de temporada.

- vitaminas
- minerales
- fibras

### - CEREAL

Pan, cereales de desayuno bajo en azúcares, tostadas, tortitas de cereales, etc.

- hidratos de carbono
- proteínas

### - LÁCTEO

Leche, yogurt natural, queso, etc.

- calcio
- proteínas

## Media mañana

## Desayuno en casa

serunion educa

Se recomienda hacer 3 comidas principales (desayuno, comida y cena) y 2 complementarias (media mañana y merienda). De esa manera se repartirán adecuadamente la energía y los nutrientes que nuestro organismo necesita a lo largo del día.

## MERIENDA 10%

La merienda complementa los aportes de nutrientes del desayuno, la comida y la cena.

Los alimentos más recomendables son los cereales y derivados, los lácteos y/o la fruta fresca y los frutos secos.

No debemos abusar de la bollería industrial, los zumos envasados y otras bebidas azucaradas.

## CENA 30%

Con nuestro recomendador de cenas te ayudamos a elegir la mejor opción de cena en función de lo que tus hijos hayan comido en el cole.

## RECOMENDADOR DE CENAS

COMIDA	CENA
pasta/arroz + carne	verdura + pescado
pasta/arroz + pescado	verdura + huevo
pasta/arroz + huevo	verdura + carne
verdura + carne	pasta/arroz + pescado
verdura + pescado	pasta/arroz + huevo
verdura + huevo	pasta/arroz + carne
legumbres + carne	verdura + pescado
legumbres + pescado	verdura + huevo
legumbres + huevo	verdura + carne
fruta	lácteo
lácteo	fruta

## SERVICIO DE ATENCIÓN NUTRICIONAL PARA FAMILIAS

902 360 030

nutricion360@serunion.elior.com

www.serunion-educa.com

## Entidades colaboradoras:



\* Puedes solicitar a nuestro personal la información de sustancias que pueden causar alergias o intolerancias, en cumplimiento del Reglamento 1169/2011 sobre la información alimentaria facilitada al consumidor.

# MENÚ



LUNES

ABRIL 2024

MARTES

MÉRCOLES  
BASAL

JUEVES

SANTA ANA Y SAN RAFAEL  
VIERNES

1

NO LECTIVO

2

Arroz con salsa de tomate

San Jacobo

Ensalada de lechuga, zanahoria y remolacha  
Yogur sabor y Pan blanco/Pan integral

776,85 Kcal 74,5 g HC 32,07 g Prot 35,28 g Lip

3

Alubias pintas estofadas

Tortilla francesa

Ensalada de lechuga, tomate y maíz  
Fruta fresca y Pan blanco/Pan integral

563,93 Kcal 88,97 g HC 24,46 g Prot 11,09 g Lip

4

Crema de calabacín

Contramuslo de pollo a la plancha

Patatas fritas  
Postre Casero y Pan blanco/Pan integral

714,31 Kcal 77,64 g HC 30,94 g Prot 29,4 g Lip

5

Macarrones a la carbonara

Bacalao a la vizcaína

Ensalada de lechuga, tomate y cebolla  
Fruta fresca y Pan blanco/Pan integral

632,26 Kcal 96,36 g HC 29,39 g Prot 12,48 g Lip

8

Lentejas con chorizo

Calamares a la romana

Ensalada de lechuga, tomate y maíz  
Fruta fresca y Pan blanco/Pan integral

748,4kcal Prot:40,9g -Lip:24,5g -HC:86,6g

9

Judías verdes salteadas

Albóndigas con tomate

Arroz pilaf  
Yogur sabor y Pan blanco/Pan integral

637,3kcal Prot:33,8g -Lip:21,1g -HC:75,4g

10

Guiso de patatas con ternera

Revuelto de queso

Ensalada de lechuga, zanahoria y remolacha  
Fruta fresca y Pan blanco/Pan integral

659,4kcal Prot:24,6g -Lip:21,8g -HC:83,7g

11

Sopa de cocido con fideos

Cocido completo

Postre casero y Pan blanco/Pan integral

642,5 Kcal 81,65 g HC 26,23 g Prot 21,76 g Lip

12

Fideuá de verduras

Merluza al horno con ajo y perejil

Ensalada de lechuga, cebolla y remolacha  
Fruta fresca y Pan blanco/Pan integral

759,21 Kcal 85,77 g HC 34,13 g Prot 28,43 g Lip

15

Menestra de verduras salteada

Magro de cerdo en salsa

Cous Cous  
Fruta fresca y Pan blanco/Pan integral

666,28 Kcal 62,33 g HC 42,23 g Prot 24,95 g Lip

16

JORNADA ITALIANA

Espirales a la napolitana

Pizza de jamón y queso

Tomatitos provenzal  
Bebedinos y Pan blanco/Pan integral

727,3kcal Prot:37,9g -Lip:32,6g -HC:69,9g

17

Crema de verduras y hortalizas

Jamoncitos de pollo con finas hierbas

Patatas fritas  
Fruta fresca y Pan blanco/Pan integral

511,49 Kcal 85,61 g HC 21,01 g Prot 8,25 g Lip

18

Arroz con salsa de tomate

Tortilla de patata y calabacín

Ensalada de lechuga, tomate, queso y orégano  
Postre casero y Pan blanco/Pan integral

648,9 Kcal 80,8 g HC 32,6 g Prot 20,1 g Lip

19

Fabada asturiana

Limanda a la bilbaína

Ensalada de lechuga, tomate y aceitunas  
Fruta fresca y Pan blanco/Pan integral

902,3 Kcal 114,0 g HC 28,7 g Prot 35,0 g Lip

22

Crema de calabaza

Escalope de pollo

Ensalada de lechuga, tomate y cebolla  
Fruta fresca y Pan blanco/Pan integral

812,92 Kcal 88,18 g HC 28,31 g Prot 36,26 g Lip

23

Sopa de cocido con fideos

Cocido completo

Yogur sabor y Pan blanco/Pan integral

698,3 Kcal 75,6 g HC 38,2 g Prot 29,6 g Lip

24

Coditos con tomate

Merluza con salsa velouté encebollada

Ensalada de lechuga, zanahoria y remolacha  
Fruta fresca y Pan blanco/Pan integral

612,3 Kcal 71,4 g HC 23,4 g Prot 20,3 g Lip

25

Lentejas con chorizo

Tortilla de patata y cebolla

Tomate aliñado  
Postre casero y Pan blanco/Pan integral

658,66 Kcal 78,58 g HC 18,6 g Prot 31 g Lip

26

Arroz con verduras y pollo

Salmon a la plancha

Ensalada de lechuga, maíz y zanahoria  
Fruta fresca y Pan blanco/Pan integral

607,87 Kcal 87,10 g HC 29,51 g Prot 14,50 g Lip

29

Macarrones boloñesa

Tortilla francesa

Ensalada de lechuga, remolacha y maíz  
Fruta fresca y Pan blanco/Pan integral

657,55 Kcal 89,56 g HC 27,01 g Prot 19,81 g Lip

30

Potaje de garbanzos con espinacas

Buñuelos de bacalao

Ensalada de lechuga, zanahoria y aceitunas  
Yogur sabor y Pan blanco/Pan integral

735,63 Kcal 69,37 g HC 34,23 g Prot 33,74 g Lip

LUNES

ABRIL 2024

MARTES

MIÉRCOLES

JUEVES

VIERNES

SANTA ANA Y SAN RAFAEL

SIN GLUTEN (caldos, salsas y elaboraciones naturales; se revisará el etiquetado de los productos de forma constante)

1

NO LECTIVO

2

Arroz con salsa de tomate  
Limanda en salsa de puerros  
Ensalada de lechuga, zanahoria y remolacha  
Yogur de sabores y Pan sin gluten

3

Alubias pintas con verduras  
Tortilla francesa  
Ensalada de lechuga, tomate y maíz  
Fruta fresca y Pan sin gluten

4

Crema de calabacín  
Contramuslo de pollo al horno o a la plancha  
Patatas fritas  
Fruta fresca y Pan sin gluten

5

Macarrones sin gluten con salsa de tomate  
Bacalao a la vizcaína  
Ensalada de lechuga, tomate y cebolla  
Fruta fresca y Pan sin gluten

8

Sopa casera de ave con fideos sin gluten  
Limanda al horno o a la plancha  
Ensalada de lechuga, tomate y maíz  
Fruta fresca y Pan sin gluten

9

Judías verdes salteadas  
Albóndigas sin gluten, sin lactosa con salsa de tomate  
Arroz pilaf  
Yogur de sabores y Pan sin gluten

10

Patatas con ternera  
Revuelto de huevo  
Ensalada de lechuga, zanahoria y remolacha  
Fruta fresca y Pan sin gluten

11

Sopa casera de cocido con pasta sin gluten  
Garbanzos con patata y pollo  
Yogur de sabores y Pan sin gluten

12

Fideuá de verduras (pasta sin gluten)  
Merluza al horno con ajo y perejil  
Ensalada de lechuga, cebolla y remolacha  
Fruta fresca y Pan sin gluten

15

Menestra de verduras salteada  
Magro de cerdo en salsa  
Pasta sin gluten en blanco salteada  
Fruta fresca y Pan sin gluten

16

**JORNADA ITALIANA**

Espirales sin gluten con salsa de tomate trozos y orégano  
Filete de pavo en salsa  
Tomates aliñados con aceite de oliva y orégano  
Yogur de sabores y Pan sin gluten

17

Crema de acelgas, judía verde, calabacín, calabaza y zanahoria  
Jamoncitos de pollo con finas hierbas  
Patatas fritas  
Fruta fresca y Pan sin gluten

18

Arroz con salsa de tomate  
Tortilla de patata y calabacín  
Ensalada de lechuga y tomate  
Yogur de sabores y Pan sin gluten

19

Alubias blancas con verduras  
Limanda con ajo y pimentón  
Ensalada de lechuga, tomate y aceitunas  
Fruta fresca y Pan sin gluten

22

Crema de calabaza  
Contramuslo de pollo al horno o a la plancha  
Ensalada de lechuga, tomate y cebolla  
Fruta fresca y Pan sin gluten

23

Sopa casera de cocido con pasta sin gluten  
Garbanzos con patata y pollo  
Yogur de sabores y Pan sin gluten

24

Coditos sin gluten con salsa de tomate  
Merluza al horno o a la plancha  
Ensalada de lechuga, zanahoria y remolacha  
Fruta fresca y Pan sin gluten

25

Sopa casera de ave con fideos sin gluten  
Tortilla de patata y cebolla  
Tomates aliñados con aceite de oliva y orégano  
Yogur de sabores y Pan sin gluten

26

Arroz con verduras y pollo  
Salmón a la plancha  
Ensalada de lechuga, zanahoria y maíz  
Fruta fresca y Pan sin gluten

29

Macarrones sin gluten con salsa de tomate  
Tortilla francesa  
Ensalada de lechuga, remolacha y maíz  
Fruta fresca y Pan sin gluten

30

Potaje de garbanzos con espinacas  
Bacalao al horno o a la plancha  
Ensalada de lechuga, zanahoria y aceitunas  
Yogur de sabores y Pan sin gluten

SIN LACTOSA (caldos, salsas y elaboraciones naturales; se revisará el etiquetado de los productos de forma constante)

LUNES

ABRIL 2024

MARTES

MIÉRCOLES

JUEVES

VIERNES  
SANTA ANA Y SAN RAFAEL

1

NO LECTIVO

2

Arroz con salsa de tomate  
Limanda en salsa de puerros  
Ensalada de lechuga, zanahoria y remolacha  
Yogur de soja y Pan blanco/Pan integral

3

Alubias pintas con verduras  
Tortilla francesa  
Ensalada de lechuga, tomate y maíz  
Fruta fresca y Pan blanco/Pan integral

4

Crema de calabacín  
Contramuslo de pollo al horno o a la plancha  
Patatas fritas  
Fruta fresca y Pan blanco/Pan integral

5

Macarrones con salsa de tomate  
Bacalao a la vizcaína  
Ensalada de lechuga, tomate y cebolla  
Fruta fresca y Pan blanco/Pan integral

8

Lentejas con patatas y verduras  
Limanda al horno o a la plancha  
Ensalada de lechuga, tomate y maíz  
Fruta fresca y Pan blanco/Pan integral

9

Judías verdes salteadas  
Albóndigas sin gluten, sin lactosa con salsa de tomate  
Arroz pilaf  
Yogur de soja y Pan blanco/Pan integral

10

Patatas con ternera  
Revuelto de huevo  
Ensalada de lechuga, zanahoria y remolacha  
Fruta fresca y Pan blanco/Pan integral

11

Sopa casera de cocido con pasta  
Garbanzos con patata y pollo  
Yogur de soja y Pan blanco/Pan integral

12

Fideuá de verduras  
Merluza al horno con ajo y perejil  
Ensalada de lechuga, cebolla y remolacha  
Fruta fresca y Pan blanco/Pan integral

15

Menestra de verduras salteada  
Magro de cerdo en salsa  
Pasta en blanco salteada  
Fruta fresca y Pan blanco/Pan integral

16

**JORNADA ITALIANA**

Espirales con salsa de tomate trozos y orégano  
Filete de pavo en salsa  
Tomates aliñados con aceite de oliva y orégano  
Yogur de soja y Pan blanco/Pan integral

17

Crema de acelgas, judía verde, calabacín, calabaza y zanahoria  
Jamoncitos de pollo con finas hierbas  
Patatas fritas  
Fruta fresca y Pan blanco/Pan integral

18

Arroz con salsa de tomate  
Tortilla de patata y calabacín  
Ensalada de lechuga y tomate  
Yogur de soja y Pan blanco/Pan integral

19

Alubias blancas con verduras  
Limanda con ajo y pimentón  
Ensalada de lechuga, tomate y aceitunas  
Fruta fresca y Pan blanco/Pan integral

22

Crema de calabaza  
Contramuslo de pollo al horno o a la plancha  
Ensalada de lechuga, tomate y cebolla  
Fruta fresca y Pan blanco/Pan integral

23

Sopa casera de cocido con pasta  
Garbanzos con patata y pollo  
Yogur de soja y Pan blanco/Pan integral

24

Coditos con salsa de tomate  
Merluza al horno o a la plancha  
Ensalada de lechuga, zanahoria y remolacha  
Fruta fresca y Pan blanco/Pan integral

25

Lentejas con patatas y verduras  
Tortilla de patata y cebolla  
Tomates aliñados con aceite de oliva y orégano  
Yogur de soja y Pan blanco/Pan integral

26

Arroz con verduras y pollo  
Salmón a la plancha  
Ensalada de lechuga, zanahoria y maíz  
Fruta fresca y Pan blanco/Pan integral

29

Macarrones en salsa de tomate  
Tortilla francesa  
Ensalada de lechuga, remolacha y maíz  
Fruta fresca y Pan blanco/Pan integral

30

Potaje de garbanzos con espinacas  
Bacalao al horno o a la plancha  
Ensalada de lechuga, zanahoria y aceitunas  
Yogur de soja y Pan blanco/Pan integral

# MENÚ



SIN PLV (caldos, salsas y elaboraciones naturales; se revisará el etiquetado de los productos de forma constante)

LUNES

ABRIL 2024

MARTES

MIÉRCOLES

JUEVES

VIERNES

SANTA ANA Y SAN RAFAEL

1

NO LECTIVO

2

Arroz con salsa de tomate  
Limanda en salsa de puerros  
Ensalada de lechuga, zanahoria y remolacha  
Yogur de soja y Pan blanco/Pan integral

3

Alubias pintas con verduras  
Tortilla francesa  
Ensalada de lechuga, tomate y maíz  
Fruta fresca y Pan blanco/Pan integral

4

Crema de calabacín  
Contramuslo de pollo al horno o a la plancha  
Patatas fritas  
Fruta fresca y Pan blanco/Pan integral

5

Macarrones con salsa de tomate  
Bacalao a la vizcaína  
Ensalada de lechuga, tomate y cebolla  
Fruta fresca y Pan blanco/Pan integral

8

Lentejas con patatas y verduras  
Limanda al horno o a la plancha  
Ensalada de lechuga, tomate y maíz  
Fruta fresca y Pan blanco/Pan integral

9

Judías verdes salteadas  
Cinta de lomo al horno o a la plancha  
Arroz pilaf  
Yogur de soja y Pan blanco/Pan integral

10

Patatas hervidas con zanahoria, calabacín y calabaza  
Revuelto de huevo  
Ensalada de lechuga, zanahoria y remolacha  
Fruta fresca y Pan blanco/Pan integral

11

Sopa casera de ave con fideos  
Garbanzos con patata y pollo  
Yogur de soja y Pan blanco/Pan integral

12

Fideuá de verduras  
Merluza al horno con ajo y perejil  
Ensalada de lechuga, cebolla y remolacha  
Fruta fresca y Pan blanco/Pan integral

15

Menestra de verduras salteada  
Magro de cerdo en salsa  
Pasta en blanco salteada  
Fruta fresca y Pan blanco/Pan integral

JORNADA ITALIANA 16

Espirales con salsa de tomate trozos y orégano  
Filete de pavo en salsa  
Tomates aliñados con aceite de oliva y orégano  
Yogur de soja y Pan blanco/Pan integral

17

Crema de acelgas, judía verde, calabacín, calabaza y zanahoria  
Jamoncitos de pollo con finas hierbas  
Patatas fritas  
Fruta fresca y Pan blanco/Pan integral

18

Arroz con salsa de tomate  
Tortilla de patata y calabacín  
Ensalada de lechuga y tomate  
Yogur de soja y Pan blanco/Pan integral

19

Alubias blancas con verduras  
Limanda con ajo y pimentón  
Ensalada de lechuga, tomate y aceitunas  
Fruta fresca y Pan blanco/Pan integral

22

Crema de calabaza  
Contramuslo de pollo al horno o a la plancha  
Ensalada de lechuga, tomate y cebolla  
Fruta fresca y Pan blanco/Pan integral

23

Sopa casera de ave con fideos  
Garbanzos con patata y pollo  
Yogur de soja y Pan blanco/Pan integral

24

Coditos con salsa de tomate  
Merluza al horno o a la plancha  
Ensalada de lechuga, zanahoria y remolacha  
Fruta fresca y Pan blanco/Pan integral

25

Lentejas con patatas y verduras  
Tortilla de patata y cebolla  
Tomates aliñados con aceite de oliva y orégano  
Yogur de soja y Pan blanco/Pan integral

26

Arroz con verduras y pollo  
Salmón a la plancha  
Ensalada de lechuga, zanahoria y maíz  
Fruta fresca y Pan blanco/Pan integral

29

Macarrones en salsa de tomate  
Tortilla francesa  
Ensalada de lechuga, remolacha y maíz  
Fruta fresca y Pan blanco/Pan integral

30

Potaje de garbanzos con espinacas  
Bacalao al horno o a la plancha  
Ensalada de lechuga, zanahoria y aceitunas  
Yogur de soja y Pan blanco/Pan integral

LUNES

ABRIL 2024

MARTES

MIÉRCOLES

JUEVES

VIERNES

SANTA ANA Y SAN RAFAEL

SIN HUEVO (caldos, salsas y elaboraciones naturales; se revisará el etiquetado de los productos de forma constante)

1

NO LECTIVO

2

Arroz con salsa de tomate  
Limanda en salsa de puerros  
Ensalada de lechuga, zanahoria y remolacha  
Yogur de sabores y Pan blanco/Pan integral

3

Alubias pintas con verduras  
Pechuga de pavo al horno o a la plancha  
Ensalada de lechuga, tomate y maíz  
Fruta fresca y Pan blanco/Pan integral

4

Crema de calabacín  
Contramuslo de pollo al horno o a la plancha  
Patatas fritas  
Fruta fresca y Pan blanco/Pan integral

5

Macarrones con salsa de tomate  
Bacalao a la vizcaína  
Ensalada de lechuga, tomate y cebolla  
Fruta fresca y Pan blanco/Pan integral

8

Lentejas con patatas y verduras  
Limanda al horno o a la plancha  
Ensalada de lechuga, tomate y maíz  
Fruta fresca y Pan blanco/Pan integral

9

Judías verdes salteadas  
Albóndigas con salsa de tomate  
Arroz pilaf  
Yogur de sabores y Pan blanco/Pan integral

10

Patatas con ternera  
Pollo al horno con cebolla  
Ensalada de lechuga, zanahoria y remolacha  
Fruta fresca y Pan blanco/Pan integral

11

Sopa casera de cocido con pasta  
Garbanzos con patata y pollo  
Yogur de sabores y Pan blanco/Pan integral

12

Fideuá de verduras  
Merluza al horno con ajo y perejil  
Ensalada de lechuga, cebolla y remolacha  
Fruta fresca y Pan blanco/Pan integral

15

Menestra de verduras salteada  
Magro de cerdo en salsa  
Cous cous salteado  
Fruta fresca y Pan blanco/Pan integral

16

JORNADA ITALIANA

Espirales con salsa de tomate trozos y orégano  
Filete de pavo en salsa  
Tomates aliñados con aceite de oliva y orégano  
Yogur de sabores y Pan blanco/Pan integral

17

Crema de acelgas, judía verde, calabacín, calabaza y zanahoria  
Jamoncitos de pollo con finas hierbas  
Patatas fritas  
Fruta fresca y Pan blanco/Pan integral

18

Arroz con salsa de tomate  
Pechuga de pavo al horno o a la plancha  
Ensalada de lechuga y tomate  
Yogur de sabores y Pan blanco/Pan integral

19

Alubias blancas con verduras  
Limanda con ajo y pimentón  
Ensalada de lechuga, tomate y aceitunas  
Fruta fresca y Pan blanco/Pan integral

22

Crema de calabaza  
Contramuslo de pollo al horno o a la plancha  
Ensalada de lechuga, tomate y cebolla  
Fruta fresca y Pan blanco/Pan integral

23

Sopa casera de cocido con pasta  
Garbanzos con patata y pollo  
Yogur de sabores y Pan blanco/Pan integral

24

Coditos con salsa de tomate  
Merluza al horno o a la plancha  
Ensalada de lechuga, zanahoria y remolacha  
Fruta fresca y Pan blanco/Pan integral

25

Lentejas con patatas y verduras  
Chuleta de cerdo al horno o a la plancha  
Tomates aliñados con aceite de oliva y orégano  
Yogur de sabores y Pan blanco/Pan integral

26

Arroz con verduras y pollo  
Salmón a la plancha  
Ensalada de lechuga, zanahoria y maíz  
Fruta fresca y Pan blanco/Pan integral

29

Macarrones en salsa de tomate  
Contramuslo de pollo al horno o a la plancha  
Ensalada de lechuga, remolacha y maíz  
Fruta fresca y Pan blanco/Pan integral

30

Potaje de garbanzos con espinacas  
Bacalao al horno o a la plancha  
Ensalada de lechuga, zanahoria y aceitunas  
Yogur de sabores y Pan blanco/Pan integral

# MENÚ



LUNES

ABRIL 2024

MARTES

MIÉRCOLES

JUEVES

VIERNES

SANTA ANA Y SAN RAFAEL

SIN LEGUMBRES (caldos, salsas y elaboraciones naturales; se revisará el etiquetado de los productos de forma constante)

1

NO LECTIVO

2

Arroz con salsa de tomate  
Limanda en salsa de puerros  
Ensalada de lechuga, zanahoria y remolacha  
Yogur de sabores y Pan blanco/Pan integral

3

Patata hervida con zanahoria, calabacín y calabaza  
Tortilla francesa  
Ensalada de lechuga, tomate y maíz  
Fruta fresca y Pan blanco/Pan integral

4

Crema de calabacín  
Contramuslo de pollo al horno o a la plancha  
Patatas fritas  
Fruta fresca y Pan blanco/Pan integral

5

Macarrones sin soja con salsa de tomate  
Bacalao a la vizcaína  
Ensalada de lechuga, tomate y cebolla  
Fruta fresca y Pan blanco/Pan integral

8

Sopa casera de ave con fideos sin soja  
Limanda al horno o a la plancha  
Ensalada de lechuga, tomate y maíz  
Fruta fresca y Pan blanco/Pan integral

9

Crema de puerros  
Filete de ternera con salsa de tomate  
Arroz en blanco  
Yogur de sabores y Pan blanco/Pan integral

10

Patatas con ternera  
Revuelto de huevo  
Ensalada de lechuga, zanahoria y remolacha  
Fruta fresca y Pan blanco/Pan integral

11

Sopa casera de cocido con pasta sin soja  
Pollo al horno o a la plancha  
Patatas cocidas  
Yogur de sabores y Pan blanco/Pan integral

12

Fideuá de verduras (pasta sin soja)  
Merluza al horno con ajo y perejil  
Ensalada de lechuga, cebolla y remolacha  
Fruta fresca y Pan blanco/Pan integral

15

Crema de calabacín  
Magro de cerdo en salsa  
Cous cous salteado  
Fruta fresca y Pan blanco/Pan integral

16

**JORNADA ITALIANA**  
Espirales sin soja con salsa de tomate trozos y orégano  
Filete de pavo en salsa  
Tomates aliñados con aceite de oliva y orégano  
Yogur de sabores y Pan blanco/Pan integral

17

Crema de acelgas y zanahoria  
Jamoncitos de pollo con finas hierbas  
Patatas fritas  
Fruta fresca y Pan blanco/Pan integral

18

Arroz con salsa de tomate  
Tortilla de patata y calabacín  
Ensalada de lechuga y tomate  
Yogur de sabores y Pan blanco/Pan integral

19

Patatas hervidas con zanahoria  
Limanda con ajo y pimentón  
Ensalada de lechuga, tomate y aceitunas  
Fruta fresca y Pan blanco/Pan integral

22

Crema de calabaza  
Contramuslo de pollo al horno o a la plancha  
Ensalada de lechuga, tomate y cebolla  
Fruta fresca y Pan blanco/Pan integral

23

Sopa casera de cocido con pasta sin soja  
Pollo al horno o a la plancha  
Patatas cocidas  
Yogur de sabores y Pan blanco/Pan integral

24

Coditos sin soja con salsa de tomate  
Merluza al horno o a la plancha  
Ensalada de lechuga, zanahoria y remolacha  
Fruta fresca y Pan blanco/Pan integral

25

Sopa casera de ave con fideos sin soja  
Tortilla de patata y cebolla  
Tomates aliñados con aceite de oliva y orégano  
Yogur de sabores y Pan blanco/Pan integral

26

Arroz salteado con calabacín  
Salmón a la plancha  
Ensalada de lechuga, zanahoria y maíz  
Fruta fresca y Pan blanco/Pan integral

29

Macarrones sin soja en salsa de tomate  
Tortilla francesa  
Ensalada de lechuga, remolacha y maíz  
Fruta fresca y Pan blanco/Pan integral

30

Espinacas al vapor con patata  
Bacalao al horno o a la plancha  
Ensalada de lechuga, zanahoria y aceitunas  
Yogur de sabores y Pan blanco/Pan integral

LUNES

ABRIL 2024

MARTES

MIÉRCOLES

JUEVES

VIERNES

SANTA ANA Y SAN RAFAEL

SIN FRUTOS SECOS (se revisará el etiquetado de los productos de forma constante)

1

NO LECTIVO

2

Arroz con salsa de tomate  
San Jacobo  
Ensalada de lechuga, zanahoria y remolacha  
Yogur de sabores y Pan blanco/Pan integral

3

Alubias pintas con verduras  
Tortilla francesa  
Ensalada de lechuga, tomate y maíz  
Fruta fresca y Pan blanco/Pan integral

4

Crema de calabacín  
Contramuslo de pollo al horno o a la plancha  
Patatas fritas  
Fruta fresca y Pan blanco/Pan integral

5

Macarrones con salsa de tomate  
Bacalao a la vizcaína  
Ensalada de lechuga, tomate y cebolla  
Fruta fresca y Pan blanco/Pan integral

8

Lentejas con patatas y verduras  
Calamares a la romana  
Ensalada de lechuga, tomate y maíz  
Fruta fresca y Pan blanco/Pan integral

9

Judías verdes salteadas  
Albóndigas con salsa de tomate  
Arroz pilaf  
Yogur de sabores y Pan blanco/Pan integral

10

Patatas con ternera  
Revuelto de huevo con queso  
Ensalada de lechuga, zanahoria y remolacha  
Fruta fresca y Pan blanco/Pan integral

11

Sopa casera de cocido con pasta  
Garbanzos con patata y pollo  
Yogur de sabores y Pan blanco/Pan integral

12

Fideuá de verduras  
Merluza al horno con ajo y perejil  
Ensalada de lechuga, cebolla y remolacha  
Fruta fresca y Pan blanco/Pan integral

15

Menestra de verduras salteada  
Magro de cerdo en salsa  
Pasta en blanco salteada  
Fruta fresca y Pan blanco/Pan integral

16

**JORNADA ITALIANA**  
Espirales con salsa de tomate trozos y orégano  
Pizza de jamón y queso  
Tomates aliñados con aceite de oliva y orégano  
Yogur de sabores y Pan blanco/Pan integral

17

Crema de acelgas, judía verde, calabacín, calabaza y zanahoria  
Jamoncitos de pollo con finas hierbas  
Patatas fritas  
Fruta fresca y Pan blanco/Pan integral

18

Arroz con salsa de tomate  
Tortilla de patata y calabacín  
Ensalada de lechuga y tomate  
Yogur de sabores y Pan blanco/Pan integral

19

Fabada asturiana  
Limanda con ajo y pimentón  
Ensalada de lechuga, tomate y aceitunas  
Fruta fresca y Pan blanco/Pan integral

22

Crema de calabaza  
Escalope de pollo  
Ensalada de lechuga, tomate y cebolla  
Fruta fresca y Pan blanco/Pan integral

23

Sopa casera de cocido con pasta  
Garbanzos con patata y pollo  
Yogur de sabores y Pan blanco/Pan integral

24

Coditos con salsa de tomate  
Merluza con salsa velouté encebollada  
Ensalada de lechuga, zanahoria y remolacha  
Fruta fresca y Pan blanco/Pan integral

25

Lentejas con patatas y verduras  
Tortilla de patata y cebolla  
Tomates aliñados con aceite de oliva y orégano  
Yogur de sabores y Pan blanco/Pan integral

26

Arroz con verduras y pollo  
Salmón a la plancha  
Ensalada de lechuga, zanahoria y maíz  
Fruta fresca y Pan blanco/Pan integral

29

Macarrones a la boloñesa  
Tortilla francesa  
Ensalada de lechuga, remolacha y maíz  
Fruta fresca y Pan blanco/Pan integral

30

Potaje de garbanzos con espinacas  
Buñuelos de bacalao  
Ensalada de lechuga, zanahoria y aceitunas  
Yogur de sabores y Pan blanco/Pan integral

LUNES

ABRIL 2024

MARTES

SIN PESCADO, MARISCO (se revisará el etiquetado de los productos de forma constante)

MIÉRCOLES

JUEVES

VIERNES  
SANTA ANA Y SAN RAFAEL

1

NO LECTIVO

2

Arroz con salsa de tomate  
Filete de pavo en salsa  
Ensalada de lechuga, zanahoria y remolacha  
Yogur de sabores y Pan blanco/Pan integral

3

Alubias pintas con verduras  
Tortilla francesa  
Ensalada de lechuga, tomate y maíz  
Fruta fresca y Pan blanco/Pan integral

4

Crema de calabacín  
Contramuslo de pollo al horno o a la plancha  
Patatas fritas  
Fruta fresca y Pan blanco/Pan integral

5

Macarrones carbonara  
Revuelto de huevo  
Ensalada de lechuga, tomate y cebolla  
Fruta fresca y Pan blanco/Pan integral

8

Lentejas con patatas y verduras  
Pechuga de pavo al horno o a la plancha  
Ensalada de lechuga, tomate y maíz  
Fruta fresca y Pan blanco/Pan integral

9

Judías verdes salteadas  
Albóndigas con salsa de tomate  
Arroz pilaf  
Yogur de sabores y Pan blanco/Pan integral

10

Patatas con ternera  
Revuelto de huevo con queso  
Ensalada de lechuga, zanahoria y remolacha  
Fruta fresca y Pan blanco/Pan integral

11

Sopa casera de cocido con pasta  
Cocido completo  
Postre casero y Pan blanco/Pan integral

12

Fideuá de verduras  
Tortilla francesa  
Ensalada de lechuga, cebolla y remolacha  
Fruta fresca y Pan blanco/Pan integral

15

Menestra de verduras salteada  
Magro de cerdo en salsa  
Cous cous salteado  
Fruta fresca y Pan blanco/Pan integral

16

**JORNADA ITALIANA**

Espirales con salsa de tomate trozos y orégano  
Filete de pavo en salsa  
Tomates aliñados con aceite de oliva y orégano  
Bebedinos y Pan blanco/Pan integral

17

Crema de acelgas, judía verde, calabacín, calabaza y zanahoria  
Jamoncitos de pollo con finas hierbas  
Patatas fritas  
Fruta fresca y Pan blanco/Pan integral

18

Arroz con salsa de tomate  
Tortilla de patata y calabacín  
Ensalada de lechuga y tomate  
Postre casero y Pan blanco/Pan integral

19

Fabada asturiana  
Cinta de lomo al horno o a la plancha  
Ensalada de lechuga, tomate y aceitunas  
Fruta fresca y Pan blanco/Pan integral

22

Crema de calabaza  
Contramuslo de pollo al horno o a la plancha  
Ensalada de lechuga, tomate y cebolla  
Fruta fresca y Pan blanco/Pan integral

23

Sopa casera de cocido con pasta  
Cocido completo  
Yogur de sabores y Pan blanco/Pan integral

24

Coditos con salsa de tomate  
Pechuga de pavo al horno o a la plancha  
Ensalada de lechuga, zanahoria y remolacha  
Fruta fresca y Pan blanco/Pan integral

25

Lentejas con patatas y verduras  
Tortilla de patata y cebolla  
Tomates aliñados con aceite de oliva y orégano  
Postre casero y Pan blanco/Pan integral

26

Arroz con verduras y pollo  
Contramuslo de pollo al horno o a la plancha  
Ensalada de lechuga, zanahoria y maíz  
Fruta fresca y Pan blanco/Pan integral

29

Macarrones a la boloñesa  
Tortilla francesa  
Ensalada de lechuga, remolacha y maíz  
Fruta fresca y Pan blanco/Pan integral

30

Potaje de garbanzos con espinacas  
Pechuga de pavo al horno o a la plancha  
Ensalada de lechuga, zanahoria y aceitunas  
Yogur de sabores y Pan blanco/Pan integral

LUNES

ABRIL 2024

MARTES

SIN MARISCO (se revisará el etiquetado de los productos de forma constante)

MIÉRCOLES

JUEVES

VIERNES

SANTA ANA Y SAN RAFAEL

1

NO LECTIVO

2

Arroz con salsa de tomate  
Limanda en salsa de puerros  
Ensalada de lechuga, zanahoria y remolacha  
Yogur de sabores y Pan blanco/Pan integral

3

Alubias pintas con verduras  
Tortilla francesa  
Ensalada de lechuga, tomate y maíz  
Fruta fresca y Pan blanco/Pan integral

4

Crema de calabacín  
Contramuslo de pollo al horno o a la plancha  
Patatas fritas  
Fruta fresca y Pan blanco/Pan integral

5

Macarrones carbonara  
Bacalao a la vizcaína  
Ensalada de lechuga, tomate y cebolla  
Fruta fresca y Pan blanco/Pan integral

8

Lentejas con patatas y verduras  
Limanda al horno o a la plancha  
Ensalada de lechuga, tomate y maíz  
Fruta fresca y Pan blanco/Pan integral

9

Judías verdes salteadas  
Albóndigas con salsa de tomate  
Arroz pilaf  
Yogur de sabores y Pan blanco/Pan integral

10

Patatas con ternera  
Revuelto de huevo con queso  
Ensalada de lechuga, zanahoria y remolacha  
Fruta fresca y Pan blanco/Pan integral

11

Sopa casera de cocido con pasta  
Cocido completo  
Postre casero y Pan blanco/Pan integral

12

Fideuá de verduras  
Merluza al horno con ajo y perejil  
Ensalada de lechuga, cebolla y remolacha  
Fruta fresca y Pan blanco/Pan integral

15

Menestra de verduras salteada  
Magro de cerdo en salsa  
Cous cous salteado  
Fruta fresca y Pan blanco/Pan integral

JORNADA ITALIANA

16

Espirales con salsa de tomate trozos y orégano  
Filete de pavo en salsa  
Tomates aliñados con aceite de oliva y orégano  
Bebedinos y Pan blanco/Pan integral

17

Crema de acelgas, judía verde, calabacín, calabaza y zanahoria  
Jamoncitos de pollo con finas hierbas  
Patatas fritas  
Fruta fresca y Pan blanco/Pan integral

18

Arroz con salsa de tomate  
Tortilla de patata y calabacín  
Ensalada de lechuga y tomate  
Postre casero y Pan blanco/Pan integral

19

Fabada asturiana  
Limanda con ajo y pimentón  
Ensalada de lechuga, tomate y aceitunas  
Fruta fresca y Pan blanco/Pan integral

22

Crema de calabaza  
Contramuslo de pollo al horno o a la plancha  
Ensalada de lechuga, tomate y cebolla  
Fruta fresca y Pan blanco/Pan integral

23

Sopa casera de cocido con pasta  
Cocido completo  
Yogur de sabores y Pan blanco/Pan integral

24

Coditos con salsa de tomate  
Merluza al horno o a la plancha  
Ensalada de lechuga, zanahoria y remolacha  
Fruta fresca y Pan blanco/Pan integral

25

Lentejas con patatas y verduras  
Tortilla de patata y cebolla  
Tomates aliñados con aceite de oliva y orégano  
Postre casero y Pan blanco/Pan integral

26

Arroz con verduras y pollo  
Salmón a la plancha  
Ensalada de lechuga, zanahoria y maíz  
Fruta fresca y Pan blanco/Pan integral

29

Macarrones a la boloñesa  
Tortilla francesa  
Ensalada de lechuga, remolacha y maíz  
Fruta fresca y Pan blanco/Pan integral

30

Potaje de garbanzos con espinacas  
Bacalao al horno o a la plancha  
Ensalada de lechuga, zanahoria y aceitunas  
Yogur de sabores y Pan blanco/Pan integral

LUNES

ABRIL 2024

MARTES

MIÉRCOLES

JUEVES

VIERNES

SANTA ANA Y SAN RAFAEL

SIN GLUTEN Y SIN LACTOSA (caldos, salsas y elaboraciones naturales; se revisará el etiquetado de los productos de forma constante)

1

NO LECTIVO

2

Arroz con salsa de tomate  
Limanda en salsa de puerros  
Ensalada de lechuga, zanahoria y remolacha  
Fruta fresca y Pan sin gluten y sin lactosa

3

Alubias pintas con verduras  
Tortilla francesa  
Ensalada de lechuga, tomate y maíz  
Fruta fresca y Pan sin gluten y sin lactosa

4

Crema de calabacín  
Contramuslo de pollo al horno o a la plancha  
Patatas fritas  
Fruta fresca y Pan sin gluten y sin lactosa

5

Macarrones sin gluten con salsa de tomate  
Bacalao a la vizcaína  
Ensalada de lechuga, tomate y cebolla  
Fruta fresca y Pan sin gluten y sin lactosa

8

Sopa casera de ave con fideos sin gluten  
Limanda al horno o a la plancha  
Ensalada de lechuga, tomate y maíz  
Fruta fresca y Pan sin gluten y sin lactosa

9

Judías verdes salteadas  
Albóndigas sin gluten, sin lactosa con salsa de tomate  
Arroz pilaf  
Fruta fresca y Pan sin gluten y sin lactosa

10

Patatas con ternera  
Revuelto de huevo  
Ensalada de lechuga, zanahoria y remolacha  
Fruta fresca y Pan sin gluten y sin lactosa

11

Sopa casera de ave con pasta sin gluten  
Garbanzos con patata y pollo  
Fruta fresca y Pan sin gluten y sin lactosa

12

Fideuá de verduras (pasta sin gluten)  
Merluza al horno con ajo y perejil  
Ensalada de lechuga, cebolla y remolacha  
Fruta fresca y Pan sin gluten y sin lactosa

15

Menestra de verduras salteada  
Magro de cerdo en salsa  
Pasta sin gluten en blanco salteada  
Fruta fresca y Pan sin gluten y sin lactosa

16

**JORNADA ITALIANA**

Espirales sin gluten con salsa de tomate trozos y orégano  
Filete de pavo en salsa  
Tomates aliñados con aceite de oliva y orégano  
Fruta fresca y Pan sin gluten y sin lactosa

17

Crema de acelgas, judía verde, calabacín, calabaza y zanahoria  
Jamoncitos de pollo con finas hierbas  
Patatas fritas  
Fruta fresca y Pan sin gluten y sin lactosa

18

Arroz con salsa de tomate  
Tortilla de patata y calabacín  
Ensalada de lechuga y tomate  
Fruta fresca y Pan sin gluten y sin lactosa

19

Alubias blancas con verduras  
Limanda con ajo y pimentón  
Ensalada de lechuga, tomate y aceitunas  
Fruta fresca y Pan sin gluten y sin lactosa

22

Crema de calabaza  
Contramuslo de pollo al horno o a la plancha  
Ensalada de lechuga, tomate y cebolla  
Fruta fresca y Pan sin gluten y sin lactosa

23

Sopa casera de ave con pasta sin gluten  
Garbanzos con patata y pollo  
Fruta fresca y Pan sin gluten y sin lactosa

24

Coditos sin gluten con salsa de tomate  
Merluza al horno o a la plancha  
Ensalada de lechuga, zanahoria y remolacha  
Fruta fresca y Pan sin gluten y sin lactosa

25

Sopa casera de ave con fideos sin gluten  
Tortilla de patata y cebolla  
Tomates aliñados con aceite de oliva y orégano  
Fruta fresca y Pan sin gluten y sin lactosa

26

Arroz con verduras y pollo  
Salmón a la plancha  
Ensalada de lechuga, zanahoria y maíz  
Fruta fresca y Pan sin gluten y sin lactosa

29

Macarrones sin gluten con salsa de tomate  
Tortilla francesa  
Ensalada de lechuga, remolacha y maíz  
Fruta fresca y Pan sin gluten y sin lactosa

30

Potaje de garbanzos con espinacas  
Bacalao al horno o a la plancha  
Ensalada de lechuga, zanahoria y aceitunas  
Fruta fresca y Pan sin gluten y sin lactosa

LUNES

ABRIL 2024

MARTES

MIÉRCOLES

JUEVES

VIERNES

SANTA ANA Y SAN RAFAEL

SIN PLV, SIN PESCADO Y SIN MARISCO (caldos, salsas y elaboraciones naturales; se revisará el etiquetado de los productos de forma constante)

1

NO LECTIVO

2

Arroz con salsa de tomate  
Filete de pavo en salsa  
Ensalada de lechuga, zanahoria y remolacha  
Yogur de soja y Pan blanco/Pan integral

3

Alubias pintas con verduras  
Tortilla francesa  
Ensalada de lechuga, tomate y maíz  
Fruta fresca y Pan blanco/Pan integral

4

Crema de calabacín  
Contramuslo de pollo al horno o a la plancha  
Patatas fritas  
Fruta fresca y Pan blanco/Pan integral

5

Macarrones con salsa de tomate  
Revuelto de huevo  
Ensalada de lechuga, tomate y cebolla  
Fruta fresca y Pan blanco/Pan integral

8

Lentejas con patatas y verduras  
Pechuga de pavo al horno o a la plancha  
Ensalada de lechuga, tomate y maíz  
Fruta fresca y Pan blanco/Pan integral

9

Judías verdes salteadas  
Cinta de lomo al horno o a la plancha  
Arroz pilaf  
Yogur de soja y Pan blanco/Pan integral

10

Patatas hervidas con zanahoria, calabacín y calabaza  
Revuelto de huevo  
Ensalada de lechuga, zanahoria y remolacha  
Fruta fresca y Pan blanco/Pan integral

11

Sopa casera de ave con fideos  
Garbanzos con patata y pollo  
Yogur de soja y Pan blanco/Pan integral

12

Fideuá de verduras  
Tortilla francesa  
Ensalada de lechuga, cebolla y remolacha  
Fruta fresca y Pan blanco/Pan integral

15

Menestra de verduras salteada  
Magro de cerdo en salsa  
Pasta en blanco salteada  
Fruta fresca y Pan blanco/Pan integral

16

JORNADA ITALIANA

Espirales con salsa de tomate trozos y orégano  
Filete de pavo en salsa  
Tomates aliñados con aceite de oliva y orégano  
Yogur de soja y Pan blanco/Pan integral

17

Crema de acelgas, judía verde, calabacín, calabaza y zanahoria  
Jamoncitos de pollo con finas hierbas  
Patatas fritas  
Fruta fresca y Pan blanco/Pan integral

18

Arroz con salsa de tomate  
Tortilla de patata y calabacín  
Ensalada de lechuga y tomate  
Yogur de soja y Pan blanco/Pan integral

19

Alubias blancas con verduras  
Cinta de lomo al horno o a la plancha  
Ensalada de lechuga, tomate y aceitunas  
Fruta fresca y Pan blanco/Pan integral

22

Crema de calabaza  
Contramuslo de pollo al horno o a la plancha  
Ensalada de lechuga, tomate y cebolla  
Fruta fresca y Pan blanco/Pan integral

23

Sopa casera de ave con fideos  
Garbanzos con patata y pollo  
Yogur de soja y Pan blanco/Pan integral

24

Coditos con salsa de tomate  
Pechuga de pavo al horno o a la plancha  
Ensalada de lechuga, zanahoria y remolacha  
Fruta fresca y Pan blanco/Pan integral

25

Lentejas con patatas y verduras  
Tortilla de patata y cebolla  
Tomates aliñados con aceite de oliva y orégano  
Yogur de soja y Pan blanco/Pan integral

26

Arroz con verduras y pollo  
Contramuslo de pollo al horno o a la plancha  
Ensalada de lechuga, zanahoria y maíz  
Fruta fresca y Pan blanco/Pan integral

29

Macarrones en salsa de tomate  
Tortilla francesa  
Ensalada de lechuga, remolacha y maíz  
Fruta fresca y Pan blanco/Pan integral

30

Potaje de garbanzos con espinacas  
Pechuga de pavo al horno o a la plancha  
Ensalada de lechuga, zanahoria y aceitunas  
Yogur de soja y Pan blanco/Pan integral

LUNES

ABRIL 2024

MARTES

MIÉRCOLES

JUEVES

VIERNES

SANTA ANA Y SAN RAFAEL

SIN PLV, SIN HUEVO, SIN FRUTOS SECOS (caldos, salsas y elaboraciones naturales; se revisará el etiquetado de los productos de forma constante)

1

NO LECTIVO

2

Arroz con salsa de tomate  
Limanda en salsa de puerros  
Ensalada de lechuga, zanahoria y remolacha de soja (sin frutos secos) y Pan blanco/Pan ir

3

Alubias pintas con verduras  
Pechuga de pavo al horno o a la plancha  
Ensalada de lechuga, tomate y maíz  
Fruta fresca y Pan blanco/Pan integral

4

Crema de calabacín  
Contramuslo de pollo al horno o a la plancha  
Patatas fritas  
Fruta fresca y Pan blanco/Pan integral

5

Macarrones con salsa de tomate  
Bacalao a la vizcaína  
Ensalada de lechuga, tomate y cebolla  
Fruta fresca y Pan blanco/Pan integral

8

Lentejas con patatas y verduras  
Limanda al horno o a la plancha  
Ensalada de lechuga, tomate y maíz  
Fruta fresca y Pan blanco/Pan integral

9

Judías verdes salteadas  
Cinta de lomo al horno o a la plancha  
Arroz pilaf  
de soja (sin frutos secos) y Pan blanco/Pan ir

10

Patatas hervidas con zanahoria, calabacín y calabaza  
Pollo al horno con cebolla  
Ensalada de lechuga, zanahoria y remolacha  
Fruta fresca y Pan blanco/Pan integral

11

Sopa casera de ave con fideos  
Garbanzos con patata y pollo  
de soja (sin frutos secos) y Pan blanco/Pan ir

12

Fideuá de verduras  
Merluza al horno con ajo y perejil  
Ensalada de lechuga, cebolla y remolacha  
Fruta fresca y Pan blanco/Pan integral

15

Menestra de verduras salteada  
Magro de cerdo en salsa  
Pasta en blanco salteada  
Fruta fresca y Pan blanco/Pan integral

16

**JORNADA ITALIANA**  
Espirales con salsa de tomate trozos y orégano  
Filete de pavo en salsa  
Tomates aliñados con aceite de oliva y orégano de soja (sin frutos secos) y Pan blanco/Pan ir

17

Crema de acelgas, judía verde, calabacín, calabaza y zanahoria  
Jamoncitos de pollo con finas hierbas  
Patatas fritas  
Fruta fresca y Pan blanco/Pan integral

18

Arroz con salsa de tomate  
Pechuga de pavo al horno o a la plancha  
Ensalada de lechuga y tomate  
de soja (sin frutos secos) y Pan blanco/Pan ir

19

Alubias blancas con verduras  
Limanda con ajo y pimentón  
Ensalada de lechuga, tomate y aceitunas  
Fruta fresca y Pan blanco/Pan integral

22

Crema de calabaza  
Contramuslo de pollo al horno o a la plancha  
Ensalada de lechuga, tomate y cebolla  
Fruta fresca y Pan blanco/Pan integral

23

Sopa casera de ave con fideos  
Garbanzos con patata y pollo  
de soja (sin frutos secos) y Pan blanco/Pan ir

24

Coditos con salsa de tomate  
Merluza al horno o a la plancha  
Ensalada de lechuga, zanahoria y remolacha  
Fruta fresca y Pan blanco/Pan integral

25

Lentejas con patatas y verduras  
Chuleta de cerdo al horno o a la plancha  
Tomates aliñados con aceite de oliva y orégano de soja (sin frutos secos) y Pan blanco/Pan ir

26

Arroz con verduras y pollo  
Salmón a la plancha  
Ensalada de lechuga, zanahoria y maíz  
Fruta fresca y Pan blanco/Pan integral

29

Macarrones en salsa de tomate  
Contramuslo de pollo al horno o a la plancha  
Ensalada de lechuga, remolacha y maíz  
Fruta fresca y Pan blanco/Pan integral

30

Potaje de garbanzos con espinacas  
Bacalao al horno o a la plancha  
Ensalada de lechuga, zanahoria y aceitunas de soja (sin frutos secos) y Pan blanco/Pan ir

# MENÚ



SIN GLUTEN, MAIZ, MIJO FRUCTOSA, SORBITOL Y LACTOSA (caldos, salsas y elaboraciones naturales; se revisará el etiquetado de los productos de forma

LUNES

ABRIL 2024

MARTES

MIÉRCOLES

JUEVES

SANTA ANA Y SAN RAFAEL

VIERNES

1

NO LECTIVO

2

Arroz en blanco con zanahoria

Limanda al horno

Calabacín salteado

Yogur natural SIN LACTOSA \_

3

Patata hervida con zanahoria, calabacín y calabaza

Tortilla francesa

Berenjena al horno o a la plancha

Naranja/Mandarina\_

4

Crema de calabacín

Contramuslo de pollo al horno o a la plancha

Patatas cocidas

Plátano\_

5

Patatas hervidas con zanahoria, calabacín y calabaza

Bacalao al horno

Zanahoria dado salteada

Naranja/Mandarina\_

8

Caldo casero de ave con arroz

Limanda al horno o a la plancha

Plátano\_

9

Judías verdes con patatas al vapor

Filete de ternera al horno o a la plancha

Arroz en blanco

Yogur natural SIN LACTOSA \_

10

Patatas hervidas con zanahoria, calabacín y calabaza

Revuelto de huevo

Calabacín salteado

Naranja/Mandarinas\_

11

Caldo casero de ave con arroz

Pollo al horno o a la plancha

Zanahoria salteada

Yogur natural SIN LACTOSA \_

12

Arroz blanco salteado

Merluza al horno

Berenjena horno/plancha

Plátano\_

15

Crema de espinacas

Cerdo al horno o a la plancha

Plátano\_

JORNADA ITALIANA

16

Arroz con salteado en blanco salteado

Filete de pavo al horno o a la plancha

Yogur natural SIN LACTOSA \_

17

Crema de acelgas y zanahoria

Pollo al horno

Patatas cocidas

Naranja/Mandarinas\_

18

Arroz blanco salteado

Tortilla francesa

Zanahoria hervida

Yogur natural SIN LACTOSA \_

19

Patatas hervidas con zanahoria

Limanda al horno o a la plancha

Calabacín salteado

Plátano\_

22

Crema de calabacín

Contramuslo de pollo al horno o a la plancha

Zanahoria dado salteada

Plátano\_

23

Caldo casero de ave con arroz

Pollo al horno o a la plancha

Zanahoria salteada

Yogur natural SIN LACTOSA \_

24

Arroz blanco salteado

Merluza al horno o a la plancha

Calabacín salteado

Naranja/Mandarinas\_

25

Caldo casero de ave con arroz

Tortilla francesa

Yogur natural SIN LACTOSA \_

26

Arroz salteado con calabacín

Salmón a la plancha

Zanahoria salteada

Plátano\_

29

Arroz blanco salteado

Tortilla francesa

Berenjena horno/plancha

Naranja/Mandarinas\_

30

Espinacas al vapor con patata

Bacalao al horno o a la plancha

Zanahoria dado salteada

Yogur natural SIN LACTOSA \_

LUNES

ABRIL 2024

MARTES

MIÉRCOLES

JUEVES

VIERNES

SANTA ANA Y SAN RAFAEL

SIN FRUCTOSA Y SORBITOL (caldos, salsas y elaboraciones naturales; se revisará el etiquetado de los productos de forma constante)

1

NO LECTIVO

2

Arroz en blanco con zanahoria  
Limanda al horno  
Calabacín salteado  
Yogur natural SIN AZÚCAR y \_

3

Patata hervida con zanahoria, calabacín y calabaza  
Tortilla francesa  
Ensalada de tomate y maíz  
Naranja, mandarina o plátano y \_

4

Crema de calabacín  
Contramuslo de pollo al horno o a la plancha  
Patatas cocidas  
Naranja, mandarina o plátano y \_

5

Macarrones en blanco salteados  
Bacalao al horno  
Ensalada de tomate  
Naranja, mandarina o plátano y \_

8

Caldo casero de ave con arroz  
Limanda al horno o a la plancha  
Ensalada de tomate  
Naranja, mandarina o plátano y Pan blanco

9

Judías verdes con patatas al vapor  
Filete de ternera al horno o a la plancha  
Arroz en blanco  
Yogur natural y Pan blanco

10

Patatas hervidas con zanahoria, calabacín y calabaza  
Revuelto de huevo  
Calabacín salteado  
Naranja, mandarina o plátano y \_

11

Caldo casero de ave con arroz  
Garbanzos con patata y pollo  
Yogur natural SIN AZÚCAR y \_

12

Fideos en blanco con zanahoria  
Merluza al horno  
Berenjena horno/plancha  
Naranja, mandarina o plátano y \_

15

Crema de calabacín  
Cerdo al horno o a la plancha  
Cous cous salteado  
Yogur natural SIN AZÚCAR y \_

16

JORNADA ITALIANA

Espirales en blanco salteados  
Filete de pavo al horno o a la plancha  
Ensalada de tomate  
Yogur natural SIN AZÚCAR y \_

17

Crema de acelgas y zanahoria  
Pollo al horno  
Patatas cocidas  
Yogur natural SIN AZÚCAR y \_

18

Arroz blanco salteado  
Tortilla francesa  
Ensalada de tomate  
Yogur natural SIN AZÚCAR y \_

19

Patatas hervidas con zanahoria  
Limanda al horno o a la plancha  
Ensalada de tomate y aceitunas  
Naranja, mandarina o plátano y \_

22

Crema de calabacín  
Contramuslo de pollo al horno o a la plancha  
Ensalada de tomate  
Naranja, mandarina o plátano y \_

23

Caldo casero de ave con arroz  
Garbanzos con patata y pollo  
Yogur natural SIN AZÚCAR y \_

24

Coditos en blanco salteados  
Merluza al horno o a la plancha  
Calabacín salteado  
Yogur natural SIN AZÚCAR y \_

25

Caldo casero de ave con arroz  
Tortilla francesa  
Ensalada de tomate  
Yogur natural SIN AZÚCAR y \_

26

Arroz salteado con calabacín  
Salmón a la plancha  
Zanahoria salteada  
Naranja, mandarina o plátano y \_

29

Macarrones en blanco salteados  
Tortilla francesa  
Berenjena horno/plancha  
Naranja, mandarina o plátano y \_

30

Espinacas al vapor con patata  
Bacalao al horno o a la plancha  
Ensalada de tomate  
Yogur natural SIN AZÚCAR y \_

LUNES

ABRIL 2024

MARTES

MIÉRCOLES

JUEVES

VIERNES

SANTA ANA Y SAN RAFAEL

SIN HUEVO, FRUTOS SECOS Y MARISCO (caldos, salsas y elaboraciones naturales; se revisará el etiquetado de los productos de forma constante)

1

NO LECTIVO

2

Arroz con salsa de tomate  
Limanda en salsa de puerros  
Ensalada de lechuga, zanahoria y remolacha  
Yogur de sabores y Pan blanco/Pan integral

3

Alubias pintas con verduras  
Pechuga de pavo al horno o a la plancha  
Ensalada de lechuga, tomate y maíz  
Fruta fresca y Pan blanco/Pan integral

4

Crema de calabacín  
Contramuslo de pollo al horno o a la plancha  
Patatas fritas  
Fruta fresca y Pan blanco/Pan integral

5

Macarrones con salsa de tomate  
Bacalao a la vizcaína  
Ensalada de lechuga, tomate y cebolla  
Fruta fresca y Pan blanco/Pan integral

8

Lentejas con patatas y verduras  
Limanda al horno o a la plancha  
Ensalada de lechuga, tomate y maíz  
Fruta fresca y Pan blanco/Pan integral

9

Judías verdes salteadas  
Albóndigas con salsa de tomate  
Arroz pilaf  
Yogur de sabores y Pan blanco/Pan integral

10

Patatas con ternera  
Pollo al horno con cebolla  
Ensalada de lechuga, zanahoria y remolacha  
Fruta fresca y Pan blanco/Pan integral

11

Sopa casera de cocido con pasta  
Garbanzos con patata y pollo  
Yogur de sabores y Pan blanco/Pan integral

12

Fideuá de verduras  
Merluza al horno con ajo y perejil  
Ensalada de lechuga, cebolla y remolacha  
Fruta fresca y Pan blanco/Pan integral

15

Menestra de verduras salteada  
Magro de cerdo en salsa  
Pasta en blanco salteada  
Fruta fresca y Pan blanco/Pan integral

16

**JORNADA ITALIANA**

Espirales con salsa de tomate trozos y orégano  
Filete de pavo en salsa  
Tomates aliñados con aceite de oliva y orégano  
Yogur de sabores y Pan blanco/Pan integral

17

Crema de acelgas, judía verde, calabacín, calabaza y zanahoria  
Jamoncitos de pollo con finas hierbas  
Patatas fritas  
Fruta fresca y Pan blanco/Pan integral

18

Arroz con salsa de tomate  
Pechuga de pavo al horno o a la plancha  
Ensalada de lechuga y tomate  
Yogur de sabores y Pan blanco/Pan integral

19

Alubias blancas con verduras  
Limanda con ajo y pimentón  
Ensalada de lechuga, tomate y aceitunas  
Fruta fresca y Pan blanco/Pan integral

22

Crema de calabaza  
Contramuslo de pollo al horno o a la plancha  
Ensalada de lechuga, tomate y cebolla  
Fruta fresca y Pan blanco/Pan integral

23

Sopa casera de cocido con pasta  
Garbanzos con patata y pollo  
Yogur de sabores y Pan blanco/Pan integral

24

Coditos con salsa de tomate  
Merluza al horno o a la plancha  
Ensalada de lechuga, zanahoria y remolacha  
Fruta fresca y Pan blanco/Pan integral

25

Lentejas con patatas y verduras  
Chuleta de cerdo al horno o a la plancha  
Tomates aliñados con aceite de oliva y orégano  
Yogur de sabores y Pan blanco/Pan integral

26

Arroz con verduras y pollo  
Salmón a la plancha  
Ensalada de lechuga, zanahoria y maíz  
Fruta fresca y Pan blanco/Pan integral

29

Macarrones en salsa de tomate  
Contramuslo de pollo al horno o a la plancha  
Ensalada de lechuga, remolacha y maíz  
Fruta fresca y Pan blanco/Pan integral

30

Potaje de garbanzos con espinacas  
Bacalao al horno o a la plancha  
Ensalada de lechuga, zanahoria y aceitunas  
Yogur de sabores y Pan blanco/Pan integral

LUNES

ABRIL 2024

MARTES

MIÉRCOLES

JUEVES

VIERNES  
SANTA ANA Y SAN RAFAEL

SIN FRUTOS SECOS Y PESCADO (se revisará el etiquetado de los productos de forma constante)

1

NO LECTIVO

2

Arroz con salsa de tomate  
Filete de pavo en salsa  
Ensalada de lechuga, zanahoria y remolacha  
Yogur de sabores y Pan blanco/Pan integral

3

Alubias pintas con verduras  
Tortilla francesa  
Ensalada de lechuga, tomate y maíz  
Fruta fresca y Pan blanco/Pan integral

4

Crema de calabacín  
Contramuslo de pollo al horno o a la plancha  
Patatas fritas  
Fruta fresca y Pan blanco/Pan integral

5

Macarrones con salsa de tomate  
Revuelto de huevo  
Ensalada de lechuga, tomate y cebolla  
Fruta fresca y Pan blanco/Pan integral

8

Lentejas con patatas y verduras  
Pechuga de pavo al horno o a la plancha  
Ensalada de lechuga, tomate y maíz  
Fruta fresca y Pan blanco/Pan integral

9

Judías verdes salteadas  
Albóndigas con salsa de tomate  
Arroz pilaf  
Yogur de sabores y Pan blanco/Pan integral

10

Patatas con ternera  
Revuelto de huevo con queso  
Ensalada de lechuga, zanahoria y remolacha  
Fruta fresca y Pan blanco/Pan integral

11

Sopa casera de cocido con pasta  
Garbanzos con patata y pollo  
Yogur sabores y Pan blanco/Pan integral

12

Fideuá de verduras  
Tortilla francesa  
Ensalada de lechuga, cebolla y remolacha  
Fruta fresca y Pan blanco/Pan integral

15

Menestra de verduras salteada  
Magro de cerdo en salsa  
Pasta en blanco salteada  
Fruta fresca y Pan blanco/Pan integral

**JORNADA ITALIANA**

16

Espirales con salsa de tomate trozos y orégano  
Filete de pavo en salsa  
Tomates aliñados con aceite de oliva y orégano  
Yogur de sabores y Pan blanco/Pan integral

17

Crema de acelgas, judía verde, calabacín, calabaza y zanahoria  
Jamoncitos de pollo con finas hierbas  
Patatas fritas  
Fruta fresca y Pan blanco/Pan integral

18

Arroz con salsa de tomate  
Tortilla de patata y calabacín  
Ensalada de lechuga y tomate  
Yogur sabores y Pan blanco/Pan integral

19

Fabada asturiana  
Cinta de lomo al horno o a la plancha  
Ensalada de lechuga, tomate y aceitunas  
Fruta fresca y Pan blanco/Pan integral

22

Crema de calabaza  
Contramuslo de pollo al horno o a la plancha  
Ensalada de lechuga, tomate y cebolla  
Fruta fresca y Pan blanco/Pan integral

23

Sopa casera de cocido con pasta  
Garbanzos con patata y pollo  
Yogur de sabores y Pan blanco/Pan integral

24

Coditos con salsa de tomate  
Pechuga de pavo al horno o a la plancha  
Ensalada de lechuga, zanahoria y remolacha  
Fruta fresca y Pan blanco/Pan integral

25

Lentejas con patatas y verduras  
Tortilla de patata y cebolla  
Tomates aliñados con aceite de oliva y orégano  
Yogur sabores y Pan blanco/Pan integral

26

Arroz con verduras y pollo  
Contramuslo de pollo al horno o a la plancha  
Ensalada de lechuga, zanahoria y maíz  
Fruta fresca y Pan blanco/Pan integral

29

Macarrones a la boloñesa  
Tortilla francesa  
Ensalada de lechuga, remolacha y maíz  
Fruta fresca y Pan blanco/Pan integral

30

Potaje de garbanzos con espinacas  
Pechuga de pavo al horno o a la plancha  
Ensalada de lechuga, zanahoria y aceitunas  
Yogur de sabores y Pan blanco/Pan integral

LUNES

ABRIL 2024

MARTES

MIÉRCOLES

JUEVES

VIERNES  
SANTA ANA Y SAN RAFAEL

SIN FRUTOS SECOS Y MARISCO (se revisará el etiquetado de los productos de forma constante)

1

NO LECTIVO

2

Arroz con salsa de tomate  
Limanda en salsa de puerros  
Ensalada de lechuga, zanahoria y remolacha  
Yogur de sabores y Pan blanco/Pan integral

3

Alubias pintas con verduras  
Tortilla francesa  
Ensalada de lechuga, tomate y maíz  
Fruta fresca y Pan blanco/Pan integral

4

Crema de calabacín  
Contramuslo de pollo al horno o a la plancha  
Patatas fritas  
Fruta fresca y Pan blanco/Pan integral

5

Macarrones con salsa de tomate  
Bacalao a la vizcaína  
Ensalada de lechuga, tomate y cebolla  
Fruta fresca y Pan blanco/Pan integral

8

Lentejas con patatas y verduras  
Limanda al horno o a la plancha  
Ensalada de lechuga, tomate y maíz  
Fruta fresca y Pan blanco/Pan integral

9

Judías verdes salteadas  
Albóndigas con salsa de tomate  
Arroz pilaf  
Yogur de sabores y Pan blanco/Pan integral

10

Patatas con ternera  
Revuelto de huevo con queso  
Ensalada de lechuga, zanahoria y remolacha  
Fruta fresca y Pan blanco/Pan integral

11

Sopa casera de cocido con pasta  
Cocido completo  
Yogur sabores y Pan blanco/Pan integral

12

Fideuá de verduras  
Merluza al horno con ajo y perejil  
Ensalada de lechuga, cebolla y remolacha  
Fruta fresca y Pan blanco/Pan integral

15

Menestra de verduras salteada  
Magro de cerdo en salsa  
Pasta en blanco salteada  
Fruta fresca y Pan blanco/Pan integral

16

**JORNADA ITALIANA**  
Espirales con salsa de tomate trozos y orégano  
Filete de pavo en salsa  
Tomates aliñados con aceite de oliva y orégano  
Yogur de sabores y Pan blanco/Pan integral

17

Crema de acelgas, judía verde, calabacín, calabaza y zanahoria  
Jamoncitos de pollo con finas hierbas  
Patatas fritas  
Fruta fresca y Pan blanco/Pan integral

18

Arroz con salsa de tomate  
Tortilla de patata y calabacín  
Ensalada de lechuga y tomate  
Yogur sabores y Pan blanco/Pan integral

19

Fabada asturiana  
Limanda con ajo y pimentón  
Ensalada de lechuga, tomate y aceitunas  
Fruta fresca y Pan blanco/Pan integral

22

Crema de calabaza  
Contramuslo de pollo al horno o a la plancha  
Ensalada de lechuga, tomate y cebolla  
Fruta fresca y Pan blanco/Pan integral

23

Sopa casera de cocido con pasta  
Cocido completo  
Yogur de sabores y Pan blanco/Pan integral

24

Coditos con salsa de tomate  
Merluza al horno o a la plancha  
Ensalada de lechuga, zanahoria y remolacha  
Fruta fresca y Pan blanco/Pan integral

25

Lentejas con patatas y verduras  
Tortilla de patata y cebolla  
Tomates aliñados con aceite de oliva y orégano  
Yogur sabores y Pan blanco/Pan integral

26

Arroz con verduras y pollo  
Salmón a la plancha  
Ensalada de lechuga, zanahoria y maíz  
Fruta fresca y Pan blanco/Pan integral

29

Macarrones a la boloñesa  
Tortilla francesa  
Ensalada de lechuga, remolacha y maíz  
Fruta fresca y Pan blanco/Pan integral

30

Potaje de garbanzos con espinacas  
Bacalao al horno o a la plancha  
Ensalada de lechuga, zanahoria y aceitunas  
Yogur de sabores y Pan blanco/Pan integral

LUNES

MARTES

MIÉRCOLES

JUEVES

VIERNES

ABRIL 2024

SIN GLUTEN Y SIN LACTOSA (caldos, salsas y elaboraciones naturales; se revisará el etiquetado de los productos de forma constante)

SANTA ANA Y SAN RAFAEL

1

NO LECTIVO

2

Arroz con salsa de tomate  
Limanda en salsa de puerros  
Ensalada de lechuga, zanahoria y remolacha  
Yogur de sabores y Pan blanco/Pan integral

3

Alubias pintas con verduras  
Pechuga de pavo al horno o a la plancha  
Ensalada de lechuga, tomate y maíz  
Fruta fresca y Pan blanco/Pan integral

4

Crema de calabacín  
Contramuslo de pollo al horno o a la plancha  
Patatas fritas  
Fruta fresca y Pan blanco/Pan integral

5

Macarrones con salsa de tomate  
Bacalao a la vizcaína  
Ensalada de lechuga, tomate y cebolla  
Fruta fresca y Pan blanco/Pan integral

8

Lentejas con patatas y verduras  
Limanda al horno o a la plancha  
Ensalada de lechuga, tomate y maíz  
Fruta fresca y Pan blanco/Pan integral

9

Judías verdes salteadas  
Albóndigas con salsa de tomate  
Arroz pilaf  
Yogur de sabores y Pan blanco/Pan integral

10

Patatas con ternera  
Pollo al horno con cebolla  
Ensalada de lechuga, zanahoria y remolacha  
Fruta fresca y Pan blanco/Pan integral

11

Sopa casera de cocido con pasta  
Garbanzos con patata y pollo  
Yogur de sabores y Pan blanco/Pan integral

12

Fideuá de verduras  
Merluza al horno con ajo y perejil  
Ensalada de lechuga, cebolla y remolacha  
Fruta fresca y Pan blanco/Pan integral

15

Menestra de verduras salteada  
Magro de cerdo en salsa  
Pasta en blanco salteada  
Fruta fresca y Pan blanco/Pan integral

**JORNADA ITALIANA**

16

Espirales con salsa de tomate trozos y orégano  
Filete de pavo en salsa  
Tomates aliñados con aceite de oliva y orégano  
Yogur de sabores y Pan blanco/Pan integral

17

Crema de acelgas, judía verde, calabacín, calabaza y zanahoria  
Jamoncitos de pollo con finas hierbas  
Patatas fritas  
Fruta fresca y Pan blanco/Pan integral

18

Arroz con salsa de tomate  
Pechuga de pavo al horno o a la plancha  
Ensalada de lechuga y tomate  
Yogur de sabores y Pan blanco/Pan integral

19

Alubias blancas con verduras  
Limanda con ajo y pimentón  
Ensalada de lechuga, tomate y aceitunas  
Fruta fresca y Pan blanco/Pan integral

22

Crema de calabaza  
Contramuslo de pollo al horno o a la plancha  
Ensalada de lechuga, tomate y cebolla  
Fruta fresca y Pan blanco/Pan integral

23

Sopa casera de cocido con pasta  
Garbanzos con patata y pollo  
Yogur de sabores y Pan blanco/Pan integral

24

Coditos con salsa de tomate  
Merluza al horno o a la plancha  
Ensalada de lechuga, zanahoria y remolacha  
Fruta fresca y Pan blanco/Pan integral

25

Lentejas con patatas y verduras  
Chuleta de cerdo al horno o a la plancha  
Tomates aliñados con aceite de oliva y orégano  
Yogur de sabores y Pan blanco/Pan integral

26

Arroz con verduras y pollo  
Salmón a la plancha  
Ensalada de lechuga, zanahoria y maíz  
Fruta fresca y Pan blanco/Pan integral

29

Macarrones en salsa de tomate  
Contramuslo de pollo al horno o a la plancha  
Ensalada de lechuga, remolacha y maíz  
Fruta fresca y Pan blanco/Pan integral

30

Potaje de garbanzos con espinacas  
Bacalao al horno o a la plancha  
Ensalada de lechuga, zanahoria y aceitunas  
Yogur de sabores y Pan blanco/Pan integral

LUNES

ABRIL 2024

MARTES

MIÉRCOLES  
SIN CERDO

JUEVES

VIERNES  
SANTA ANA Y SAN RAFAEL

1

NO LECTIVO

2

Arroz con salsa de tomate  
Limanda en salsa de puerros  
Ensalada de lechuga, zanahoria y remolacha  
Yogur de sabores y Pan blanco/Pan integral

3

Alubias pintas con verduras  
Tortilla francesa  
Ensalada de lechuga, tomate y maíz  
Fruta fresca y Pan blanco/Pan integral

4

Crema de calabacín  
Contramuslo de pollo al horno o a la plancha  
Patatas fritas  
Fruta fresca y Pan blanco/Pan integral

5

Macarrones con salsa de tomate  
Bacalao a la vizcaína  
Ensalada de lechuga, tomate y cebolla  
Fruta fresca y Pan blanco/Pan integral

8

Lentejas con patatas y verduras  
Calamares a la romana  
Ensalada de lechuga, tomate y maíz  
Fruta fresca y Pan blanco/Pan integral

9

Judías verdes salteadas  
Filete de ternera con salsa de tomate  
Arroz pilaf  
Yogur de sabores y Pan blanco/Pan integral

10

Patatas con ternera  
Revuelto de huevo con queso  
Ensalada de lechuga, zanahoria y remolacha  
Fruta fresca y Pan blanco/Pan integral

11

Sopa casera de ave con fideos  
Garbanzos con patata y pollo  
Postre casero y Pan blanco/Pan integral

12

Fideuá de verduras  
Merluza al horno con ajo y perejil  
Ensalada de lechuga, cebolla y remolacha  
Fruta fresca y Pan blanco/Pan integral

15

Menestra de verduras salteada  
Revuelto de huevo  
Cous cous salteado  
Fruta fresca y Pan blanco/Pan integral

JORNADA ITALIANA

16

Espirales a la napolitana  
Filete de pavo en salsa  
Tomates aliñados con aceite de oliva y orégano  
Bebedinos y Pan blanco/Pan integral

17

Crema de acelgas, judía verde, calabacín, calabaza y zanahoria  
Jamoncitos de pollo con finas hierbas  
Patatas fritas  
Fruta fresca y Pan blanco/Pan integral

18

Arroz con salsa de tomate  
Tortilla de patata y calabacín  
Ensalada de lechuga, tomate, queso y orégano  
Postre casero y Pan blanco/Pan integral

19

Alubias con verduras  
Limanda con ajo y pimentón  
Ensalada de lechuga, tomate y aceitunas  
Fruta fresca y Pan blanco/Pan integral

22

Crema de calabaza  
Escalope de pollo  
Ensalada de lechuga, tomate y cebolla  
Fruta fresca y Pan blanco/Pan integral

23

Sopa casera de ave con fideos  
Garbanzos con patata y pollo  
Yogur de sabores y Pan blanco/Pan integral

24

Coditos con salsa de tomate  
Merluza con salsa velouté encebollada  
Ensalada de lechuga, zanahoria y remolacha  
Fruta fresca y Pan blanco/Pan integral

25

Lentejas con patatas y verduras  
Tortilla de patata y cebolla  
Tomates aliñados con aceite de oliva y orégano  
Postre casero y Pan blanco/Pan integral

26

Arroz con verduras y pollo  
Salmón a la plancha  
Ensalada de lechuga, zanahoria y maíz  
Fruta fresca y Pan blanco/Pan integral

29

Macarrones en salsa de tomate  
Tortilla francesa  
Ensalada de lechuga, remolacha y maíz  
Fruta fresca y Pan blanco/Pan integral

30

Potaje de garbanzos con espinacas  
Buñuelos de bacalao  
Ensalada de lechuga, zanahoria y aceitunas  
Yogur de sabores y Pan blanco/Pan integral

LUNES

ABRIL 2024

MARTES

CELIACO Y HUEVO (caldos, salsas y elaboraciones naturales; se revisará el etiquetado de los productos de forma constante)

MIÉRCOLES

JUEVES

VIERNES

SANTA ANA Y SAN RAFAEL

1

NO LECTIVO

2

Arroz con salsa de tomate  
Limanda en salsa de puerros  
Ensalada de lechuga, zanahoria y remolacha  
Yogur de sabores y Pan sin gluten

3

Alubias pintas con verduras  
Pechuga de pavo al horno o a la plancha  
Ensalada de lechuga, tomate y maíz  
Fruta fresca y Pan sin gluten

4

Crema de calabacín  
Contramuslo de pollo al horno o a la plancha  
Patatas fritas  
Fruta fresca y Pan sin gluten

5

Macarrones sin gluten con salsa de tomate  
Bacalao a la vizcaína  
Ensalada de lechuga, tomate y cebolla  
Fruta fresca y Pan sin gluten

8

Sopa casera de ave con fideos sin gluten  
Limanda al horno o a la plancha  
Ensalada de lechuga, tomate y maíz  
Fruta fresca y Pan sin gluten

9

Judías verdes salteadas  
Albóndigas sin gluten, sin lactosa con salsa de tomate  
Arroz pilaf  
Yogur de sabores y Pan sin gluten

10

Patatas con ternera  
Pollo al horno con cebolla  
Ensalada de lechuga, zanahoria y remolacha  
Fruta fresca y Pan sin gluten

11

Sopa casera de cocido con pasta sin gluten  
Garbanzos con patata y pollo  
Yogur de sabores y Pan sin gluten

12

Fideuá de verduras (pasta sin gluten)  
Merluza al horno con ajo y perejil  
Ensalada de lechuga, cebolla y remolacha  
Fruta fresca y Pan sin gluten

15

Menestra de verduras salteada  
Magro de cerdo en salsa  
Pasta sin gluten en blanco salteada  
Fruta fresca y Pan sin gluten

16

**JORNADA ITALIANA**

Espirales sin gluten con salsa de tomate trozos y orégano  
Filete de pavo en salsa  
Tomates aliñados con aceite de oliva y orégano  
Yogur de sabores y Pan sin gluten

17

Crema de acelgas, judía verde, calabacín, calabaza y zanahoria  
Jamoncitos de pollo con finas hierbas  
Patatas fritas  
Fruta fresca y Pan sin gluten

18

Arroz con salsa de tomate  
Pechuga de pavo al horno o a la plancha  
Ensalada de lechuga y tomate  
Yogur de sabores y Pan sin gluten

19

Alubias blancas con verduras  
Limanda con ajo y pimentón  
Ensalada de lechuga, tomate y aceitunas  
Fruta fresca y Pan sin gluten

22

Crema de calabaza  
Contramuslo de pollo al horno o a la plancha  
Ensalada de lechuga, tomate y cebolla  
Fruta fresca y Pan sin gluten

23

Sopa casera de cocido con pasta sin gluten  
Garbanzos con patata y pollo  
Yogur de sabores y Pan sin gluten

24

Coditos sin gluten con salsa de tomate  
Merluza al horno o a la plancha  
Ensalada de lechuga, zanahoria y remolacha  
Fruta fresca y Pan sin gluten

25

Sopa casera de ave con fideos sin gluten  
Chuleta de cerdo al horno o a la plancha  
Tomates aliñados con aceite de oliva y orégano  
Yogur de sabores y Pan sin gluten

26

Arroz con verduras y pollo  
Salmón a la plancha  
Ensalada de lechuga, zanahoria y maíz  
Fruta fresca y Pan sin gluten

29

Macarrones sin gluten con salsa de tomate  
Contramuslo de pollo al horno o a la plancha  
Ensalada de lechuga, remolacha y maíz  
Fruta fresca y Pan sin gluten

30

Potaje de garbanzos con espinacas  
Bacalao al horno o a la plancha  
Ensalada de lechuga, zanahoria y aceitunas  
Yogur de sabores y Pan sin gluten

LUNES

ABRIL 2024

MARTES

SIN TOMATE (elaboraciones sin tomate) (se revisará el etiquetado de los productos de forma constante)

MIÉRCOLES

JUEVES

VIERNES  
SANTA ANA Y SAN RAFAEL

1

NO LECTIVO

2

Arroz en blanco con zanahoria  
San Jacobo  
Ensalada de lechuga, zanahoria y remolacha  
Yogur de sabores y Pan blanco/Pan integral

3

Alubias pintas salteadas y arroz blanco  
Tortilla francesa  
Ensalada de lechuga y maíz  
Fruta fresca y Pan blanco/Pan integral

4

Crema de calabacín  
Contramuslo de pollo al horno o a la plancha  
Patatas fritas  
Fruta fresca y Pan blanco/Pan integral

5

Macarrones en blanco salteados  
Bacalao al horno  
Ensalada de lechuga y cebolla  
Fruta fresca y Pan blanco/Pan integral

8

Lentejas con chorizo (sin tomate)  
Limanda al horno o a la plancha  
Ensalada de lechuga y maíz  
Fruta fresca y Pan blanco/Pan integral

9

Judías verdes salteadas  
Albóndigas al horno  
Arroz pilaf  
Yogur de sabores y Pan blanco/Pan integral

10

Patatas hervidas con zanahoria, calabacín y calabaza  
Revuelto de huevo con queso  
Ensalada de lechuga, zanahoria y remolacha  
Fruta fresca y Pan blanco/Pan integral

11

Sopa de cocido  
Cocido completo (garbanzos,zanahoria,pollo)  
Postre casero y Pan blanco/Pan integral

12

Fideos en blanco con zanahoria  
Merluza al horno con ajo y perejil  
Ensalada de lechuga, cebolla y remolacha  
Fruta fresca y Pan blanco/Pan integral

15

Menestra de verduras salteada  
Cerdo al horno o a la plancha  
Cous cous salteado  
Fruta fresca y Pan blanco/Pan integral

JORNADA ITALIANA

16

Espirales en blanco salteados  
Filete de pavo en salsa  
Ensalada de lechuga  
Bebedinos y Pan blanco/Pan integral

17

Crema de acelgas, judía verde, calabacín, calabaza y zanahoria  
Jamoncitos de pollo con finas hierbas  
Patatas fritas  
Fruta fresca y Pan blanco/Pan integral

18

Arroz blanco salteado  
Tortilla de patata y calabacín  
Ensalada de lechuga  
Postre casero y Pan blanco/Pan integral

19

Alubias blancas salteadas y arroz blanco  
Limanda con ajo y pimentón  
Ensalada de lechuga y aceitunas  
Fruta fresca y Pan blanco/Pan integral

22

Crema de calabaza  
Escalope de pollo  
Ensalada de lechuga y cebolla  
Fruta fresca y Pan blanco/Pan integral

23

Sopa de cocido  
Cocido completo (garbanzos,zanahoria,pollo)  
Yogur de sabores y Pan blanco/Pan integral

24

Coditos en blanco salteados  
Merluza con salsa velouté encebollada  
Ensalada de lechuga, zanahoria y remolacha  
Fruta fresca y Pan blanco/Pan integral

25

Lentejas con chorizo (sin tomate)  
Tortilla de patata y cebolla  
Ensalada de lechuga  
Postre casero y Pan blanco/Pan integral

26

Arroz con verduras y pollo  
Salmón a la plancha  
Ensalada de lechuga, zanahoria y maíz  
Fruta fresca y Pan blanco/Pan integral

29

Macarrones en blanco salteados  
Tortilla francesa  
Ensalada de lechuga, remolacha y maíz  
Fruta fresca y Pan blanco/Pan integral

30

Garbanzos salteados  
Bacalao al horno o a la plancha  
Ensalada de lechuga, zanahoria y aceitunas  
Yogur de sabores y Pan blanco/Pan integral

LUNES

ABRIL 2024

MARTES

HIPOPROTEICO. HIPOSODICO (Todas las elaboraciones se realizarán sin sal añadida)

MIÉRCOLES

JUEVES

VIERNES  
SANTA ANA Y SAN RAFAEL

1

NO LECTIVO

2

Arroz en blanco con zanahoria  
Limanda en salsa de puerros (30gr)  
Ensalada de lechuga, zanahoria y remolacha  
Yogur de sabores y Pan blanco/Pan integral

3

Alubias pintas con verduras  
—  
Ensalada de lechuga, tomate y maíz  
Fruta fresca y Pan blanco/Pan integral

4

Crema de calabacín  
Contramuslo de pollo al horno o a la plancha (30gr)  
Patatas cocidas  
Fruta fresca y Pan blanco/Pan integral

5

Macarrones con salsa de tomate  
Merluza a la vizcaína (30gr)  
Ensalada de lechuga, tomate y cebolla  
Fruta fresca y Pan blanco/Pan integral

8

Lentejas con patatas y verduras  
—  
Ensalada de lechuga, tomate y maíz  
Fruta fresca y Pan blanco/Pan integral

9

Judías verdes salteadas  
Filete de ternera al horno o a la plancha (30gr) con salsa tomate  
Arroz en blanco  
Yogur de sabores y Pan blanco/Pan integral

10

Patatas hervidas con zanahoria, calabacín y calabaza  
Revuelto de huevo (30gr)  
Ensalada de lechuga, zanahoria y remolacha  
Fruta fresca y Pan blanco/Pan integral

11

Sopa casera de cocido con pasta  
Garbanzos con verduras  
—  
Fruta fresca y Pan blanco/Pan integral

12

Fideuá de verduras  
Merluza al horno con ajo y perejil (30gr)  
Ensalada de lechuga, cebolla y remolacha  
Fruta fresca y Pan blanco/Pan integral

15

Menestra de verduras salteada  
Cerdo al horno o a la plancha (30gr)  
Cous cous salteado  
Fruta fresca y Pan blanco/Pan integral

16

**JORNADA ITALIANA**

Espirales con salsa de tomate trozos y orégano  
Filete de pavo al horno o a la plancha 30gr  
Tomates aliñados con aceite de oliva y orégano  
Bebedinos y Pan blanco/Pan integral

17

Crema de acelgas, judía verde, calabacín, calabaza y zanahoria  
Jamoncitos de pollo con finas hierbas (30gr)  
Patatas cocidas  
Fruta fresca y Pan blanco/Pan integral

18

Arroz blanco salteado  
Tortilla francesa (30gr)  
Ensalada de lechuga y tomate  
Fruta fresca y Pan blanco/Pan integral

19

Alubias con verduras  
—  
Ensalada de lechuga, tomate y aceitunas  
Fruta fresca y Pan blanco/Pan integral

22

Crema de calabaza  
Contramuslo de pollo al horno o a la plancha (30gr)  
Ensalada de lechuga, tomate y cebolla  
Fruta fresca y Pan blanco/Pan integral

23

Sopa casera de cocido con pasta  
Garbanzos con verduras  
—  
Yogur de sabores y Pan blanco/Pan integral

24

Coditos con salsa de tomate  
Merluza al horno o a la plancha (30gr)  
Ensalada de lechuga, zanahoria y remolacha  
Fruta fresca y Pan blanco/Pan integral

25

Lentejas con patatas y verduras  
—  
Tomates aliñados con aceite de oliva y orégano  
Fruta fresca y Pan blanco/Pan integral

26

Arroz salteado con calabacín  
Salmón a la plancha (30gr)  
Ensalada de lechuga, zanahoria y maíz  
Fruta fresca y Pan blanco/Pan integral

29

Macarrones en salsa de tomate  
Tortilla francesa (30gr)  
Ensalada de lechuga, remolacha y maíz  
Fruta fresca y Pan blanco/Pan integral

30

Garbanzos con espinacas  
—  
Ensalada de lechuga, zanahoria y aceitunas  
Yogur de sabores y Pan blanco/Pan integral