

COLEGIO SANTA ANA Y SAN RAFAEL

MAYO

LUNES 28

LUNES 5

Lentejas estofadas con verduras  
Tortilla de patata y cebolla  
Ensalada de lechuga y tomate  
Fruta fresca

606,5Kcal - Prot:21,5g - Lip:19,2g - HC:80,1g AGS:3,0g -  
Azúcares:17,1g - Sal:3,4g

LUNES 12

Arroz con salsa de tomate  
Bacalao rebozado  
Ensalada de lechuga y maíz  
Fruta fresca

656,8Kcal - Prot:20,0g - Lip:19,9g - HC:97,4g AGS:2,7g -  
Azúcares:15,1g - Sal:1,2g

LUNES 19

Arroz a banda  
Flamenquines  
Ensalada de lechuga y zanahoria  
Fruta fresca

655,1Kcal - Prot:17,0g - Lip:19,7g - HC:99,0g AGS:1,8g -  
Azúcares:17,6g - Sal:1,7g

LUNES 26

Menestra de verduras con patatas salteadas  
Cinta de lomo en salsa de mostaza  
Arroz blanco  
Fruta fresca

640,8Kcal - Prot:33,4g - Lip:20,5g - HC:78,3g AGS:5,2g -  
Azúcares:19,8g - Sal:2,6g

MARTES 29

MARTES 6

Macarrones Bella aurora  
Merluza a la bilbaina  
Ensalada de lechuga y maíz  
Fruta fresca

573,2Kcal - Prot:24,2g - Lip:14,2g - HC:83,7g AGS:2,8g -  
Azúcares:17,6g - Sal:1,7g

MARTES 13

Lazos al pesto  
Tortilla francesa  
Ensalada de lechuga y tomate  
Yogur

676,4Kcal - Prot:29,3g - Lip:27,2g - HC:81,7g AGS:7,4g -  
Azúcares:19,8g - Sal:2,0g

MARTES 20

Coditos con chorizo  
Hamburguesa pollo  
Yogur

573,2Kcal - Prot:35,9g - Lip:20,1g - HC:58,8g AGS:5,7g -  
Azúcares:22,9g - Sal:1,6g

MARTES 27

Macarrones napolitana  
Medallón de salmón en salsa de naranja  
Calabacín salteado  
Yogur

689,1Kcal - Prot:30,0g - Lip:18,6g - HC:96,5g AGS:4,1g -  
Azúcares:27,1g - Sal:3,2g

MIÉRCOLES 30

MIÉRCOLES 7

Judías verdes con patatas salteadas  
Lomo de cerdo fresco salseado con zanahoria  
Yogur

587,4Kcal - Prot:35,0g - Lip:19,0g - HC:64,8g AGS:5,9g -  
Azúcares:26,5g - Sal:1,7g

MIÉRCOLES 14

Sopa de cocido con fideos  
Cocido completo  
Barquillo

685,9Kcal - Prot:26,6g - Lip:22,3g - HC:89,2g AGS:6,4g -  
Azúcares:9,2g - Sal:1,5g

MIÉRCOLES 21

Brócoli con patatas  
Merluza en salsa verde con guisantes  
Fruta fresca

535,6Kcal - Prot:26,2g - Lip:11,4g - HC:78,4g AGS:2,9g -  
Azúcares:17,5g - Sal:1,7g

MIÉRCOLES 28

Crema de calabaza y manzana  
Contramuslo de pollo al ajillo  
Ensalada de lechuga y tomate  
Fruta fresca

493,6Kcal - Prot:24,6g - Lip:18,5g - HC:54,2g AGS:3,7g -  
Azúcares:19,9g - Sal:1,7g

JUEVES 1

JUEVES 8

Paella de verduritas  
Contramuslo de pollo a la plancha  
Ensalada de lechuga y brotes de soja  
Fruta fresca

613,2Kcal - Prot:26,6g - Lip:18,9g - HC:82,0g AGS:3,7g -  
Azúcares:15,5g - Sal:1,7g

JUEVES 15

JUEVES 22

Crema de verduras y hortalizas  
Hamburguesa en salsa de quesos  
Patatas fritas  
Fruta fresca

711,7Kcal - Prot:30,7g - Lip:30,0g - HC:73,3g AGS:9,3g -  
Azúcares:20,4g - Sal:2,4g

JUEVES 29

Lentejas estofadas con verduras  
Calamar rabas rebozadas  
Ensalada de lechuga y aceitunas  
Fruta fresca

570,4Kcal - Prot:19,9g - Lip:21,6g - HC:69,2g AGS:2,6g -  
Azúcares:16,0g - Sal:3,0g

VIERNES 2

VIERNES 9

Crema de calabacín  
Albóndigas al chilindrón  
Patatas dado  
Yogur

789,9Kcal - Prot:29,3g - Lip:41,8g - HC:71,7g AGS:3,9g -  
Azúcares:23,2g - Sal:1,8g

VIERNES 16

Crema de zanahoria  
Jamoncitos de pollo en salsa ligera de mostaza  
Patatas fritas  
Fruta fresca

696,9Kcal - Prot:32,1g - Lip:28,8g - HC:72,4g AGS:7,2g -  
Azúcares:23,7g - Sal:2,6g

VIERNES 23

Lentejas con zanahoria  
Revuelto de pavo  
Ensalada de lechuga y tomate  
Fruta fresca

577,7Kcal - Prot:31,3g - Lip:20,6g - HC:62,0g AGS:4,2g -  
Azúcares:16,9g - Sal:1,9g

VIERNES 30

Arroz con salsa de tomate  
Tortilla francesa con jamón york  
Ensalada de lechuga y maíz  
Fruta fresca

570,4Kcal - Prot:21,8g - Lip:16,2g - HC:87,3g AGS:2,8g -  
Azúcares:15,4g - Sal:1,7g

Observaciones

Las valoraciones nutricionales incluyen el consumo de una ración de pan por ingesta.  
Al acompañar las comidas con pan, deberemos tener en cuenta la presencia de gluten como alérgeno (a excepción de las dietas sin gluten)

Los alérgenos del menú tienen en cuenta todos los ingredientes de cada plato y siguen el principio de máxima precaución

1 GLUTEN  
2 LÁCTEOS

3 HUEVO  
4 PESCADO

5 MOLUSCOS  
6 CRUSTÁCEOS

7 CACAHUETES  
8 FRUTOS DE CÁSCARA  
9 SOJA  
10 SÉSAMO

11 MOSTAZA  
12 APIO

13 ALTRAMUCES  
14 AZUFRE Y SULFITO

# 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\*.



**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

**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

**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.

LUNES

MARTES

MIÉRCOLES

JUEVES

VIERNES

*Puede 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*

**LUNES**

5

Lentejas estofadas con verduras  
Tortilla de patata y cebolla  
Ensalada de lechuga y tomate  
Fruta fresca y Pan blanco/Pan integral  
748,4kcal Prot:40,9g -Lip:24,5g -HC:86,6g

**MARTES**

6

Macarrones bella Aurora  
Merluza a la bilbaína  
Ensalada de lechuga y maíz  
Yogur sabor y Pan blanco/Pan integral  
637,3kcal Prot:33,8g -Lip:21,1g -HC:75,4g

**MIÉRCOLES**

7

Judías verdes con patatas salteadas  
Lomo de cerdo salseado con zanahoria  
Fruta fresca y Pan blanco/Pan integral  
659,4kcal Prot:24,6g -Lip:21,8g -HC:83,7g

**JUEVES**

8

Paella de verduras  
Contramuslo de pollo al horno o a la plancha  
Ensalada de lechuga y brotes de soja  
Postre casero/ Fruta y Pan blanco/Pan integral  
642,5 Kcal 81,65 g HC 26,23 g Prot 21,76 g Lip

**VIERNES**

9

Crema de calabacín  
Albóndigas al chilindrón  
Patatas dado  
Fruta fresca y Pan blanco/Pan integral  
759,21 Kcal 85,77 g HC 34,13 g Prot 28,43 g Lip

**LUNES**

12

Arroz con salsa de tomate  
Bacalao rebozado  
Ensalada de lechuga y maíz  
Fruta fresca y Pan blanco/Pan integral  
666,28 Kcal 62,33 g HC 42,23 g Prot 24,95 g Lip

**MARTES**

13

Lazos al pesto  
Tortilla francesa  
Ensalada de lechuga y tomate  
Flan con galleta y Pan blanco/Pan integral  
727,3kcal Prot:37,9g -Lip:32,6g -HC:69,9g

**SAN ISIDRO**

14

Sopa de cocido con fideos  
Cocido completo  
Barquillos de San Isidro y limonada y Pan blanco/Pan integral  
511,49 Kcal 85,61 g HC 21,01 g Prot 8,25 g Lip

**JUEVES**

15

FESTIVO

**DÍA DEL CELIACO**

16

Crema de zanahoria  
Tortaditas de pollo en salsa de verduras  
Patatas fritas  
Fruta fresca y Pan blanco/Pan integral  
902,3 Kcal 114,0 g HC 28,7 g Prot 35,0 g Lip

**LUNES**

19

Arroz a banda  
Flamenquines  
Ensalada de lechuga y zanahoria  
Fruta fresca y Pan blanco/Pan integral  
812,92 Kcal 88,18 g HC 28,31 g Prot 36,26 g Lip

**VA POR VOSOTROS**

20

Macarrones con tomate y chorizo  
Hamburguesa de pollo  
Patatas fritas  
Helado y Pan blanco/Pan integral  
698,3 Kcal 75,6 g HC 38,2 g Prot 29,6 g Lip

**MIÉRCOLES**

21

Brócoli salteado con patatas  
Merluza en salsa verde con guisantes  
Fruta fresca y Pan blanco/Pan integral  
612,3 Kcal 71,4 g HC 23,4 g Prot 20,3 g Lip

**JUEVES**

22

Crema de verduras y hortalizas  
Pollo a la jardinera  
Patatas fritas  
Postre casero/ Fruta y Pan blanco/Pan integral  
658,66 Kcal 78,58 g HC 18,6 g Prot 31 g Lip

**VIERNES**

23

Lentejas con zanahoria  
Revuelto de pavo  
Ensalada de lechuga y tomate  
Fruta fresca y Pan blanco/Pan integral  
607,87 Kcal 87,10 g HC 29,51 g Prot 14,50 g Lip

**LUNES**

26

Menestra de verduras con patatas  
Magro de cerdo a la mostaza  
Arroz blanco  
Fruta fresca y Pan blanco/Pan integral  
657,55 Kcal 89,56 g HC 27,01 g Prot 19,81 g Lip

**MARTES**

27

Macarrones napolitana  
Salmón al horno con salsa de naranja  
Calabacín salteado  
Helado o Yogur sabor y Pan blanco/Pan integral  
735,63 Kcal 69,37 g HC 34,23 g Prot 33,74 g Lip

**MIÉRCOLES**

28

Crema de calabaza y manzana  
Contramuslo de pollo al ajillo  
Ensalada de lechuga y tomate  
Fruta fresca y Pan blanco/Pan integral  
676,25 Kcal 95,33 g HC 20,48 g Prot 20,25 g Lip

**JUEVES**

29

Lentejas estofadas con verduras  
Rabas de calamar rebozadas  
Ensalada de lechuga y aceitunas  
Postre casero/ Fruta y Pan blanco/Pan integral  
796,1kcal Prot:19,2g -Lip:27,5g -HC:114,4g

**VIERNES**

30

Arroz con salsa de tomate  
Tortilla francesa con york  
Ensalada de lechuga y maíz  
Fruta fresca y Pan blanco/Pan integral  
663,23 Kcal 102,8 g HC 23,1 g Prot 16,63 g Lip

LUNES

MARTES

MIÉRCOLES

JUEVES

VIERNES

Puede 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

**LUNES**

5

Coliflor al ajoarriero  
Tortilla de patata y cebolla  
Ensalada de lechuga y tomate  
Fruta fresca y Pan sin gluten

**MARTES**

6

Macarrones sin gluten con salsa de tomate  
Merluza a la bilbaína  
Ensalada de lechuga y maíz  
Yogur de sabores y Pan sin gluten

**MIÉRCOLES**

7

Judías verdes con patatas salteadas  
Lomo de cerdo salseado con zanahoria  
Fruta fresca y Pan sin gluten

**JUEVES**

8

Paella de verduras  
Contramuslo de pollo al horno o a la plancha  
Ensalada de lechuga y brotes de soja  
Yogur de sabores y Pan sin gluten

**VIERNES**

9

Crema de calabacín  
Cinta de lomo al horno o a la plancha  
Patatas dado  
Fruta fresca y Pan sin gluten

**LUNES**

12

Arroz con salsa de tomate  
Bacalao a la vizcaína  
Ensalada de lechuga y maíz  
Fruta fresca y Pan sin gluten

**MARTES**

13

Lazos sin gluten con salsa de tomate  
Tortilla francesa  
Ensalada de lechuga y tomate  
Yogur de sabores y Pan sin gluten

**SAN ISIDRO**

14

Sopa casera de cocido con pasta sin gluten  
Garbanzos con patata y pollo  
-  
Fruta fresca y Pan sin gluten

**JUEVES**

15

FESTIVO

**DÍA DEL CELIACO**

16

Crema de zanahoria  
Amorcitos de pollo en salsa de verduras  
Patatas fritas  
Fruta fresca y Pan sin gluten

**LUNES**

19

Arroz con verduras  
Filete de pavo en salsa  
Ensalada de lechuga y zanahoria  
Fruta fresca y Pan sin gluten

**VA POR VOSOTROS**

20

Macarrones sin gluten con salsa de tomate  
Pollo al horno o a la plancha  
Patatas fritas  
Yogur de sabores y Pan sin gluten

**MIÉRCOLES**

21

Brócoli salteado con patatas  
Merluza en salsa verde con guisantes  
-  
Fruta fresca y Pan sin gluten

**JUEVES**

22

Crema de verduras y hortalizas  
Pollo a la jardinera  
Patatas fritas  
Yogur de sabores y Pan sin gluten

**VIERNES**

23

Sopa casera de ave con fideos sin gluten  
Revuelto de huevo  
Ensalada de lechuga y tomate  
Fruta fresca y Pan sin gluten

**LUNES**

26

Menestra de verduras  
Cerdo en salsa de mostaza  
Arroz blanco  
Fruta fresca y Pan sin gluten

**MARTES**

27

Macarrones sin gluten a la napolitana  
Salmón al horno  
Calabacín salteado  
Yogur de sabores y Pan sin gluten

**MIÉRCOLES**

28

Crema de calabaza y manzana  
Contramuslo de pollo al horno o al ajillo  
Ensalada de lechuga y tomate  
Fruta fresca y Pan sin gluten

**JUEVES**

29

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

**VIERNES**

30

Arroz con salsa de tomate  
Tortilla francesa  
Ensalada de lechuga y maíz  
Fruta fresca y Pan sin gluten

LUNES

MARTES

MIÉRCOLES

JUEVES

VIERNES

*Puede 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*

**LUNES 5**  
Lentejas con patatas y verduras  
Tortilla de patata y cebolla  
Ensalada de lechuga y tomate  
Fruta fresca y Pan blanco/Pan integral

**MARTES 6**  
Macarrones con salsa de tomate  
Merluza a la bilbaína  
Ensalada de lechuga y maíz  
Yogur de soja y Pan blanco/Pan integral

**MIÉRCOLES 7**  
Judías verdes con patatas salteadas  
Lomo de cerdo salseado con zanahoria  
Fruta fresca y Pan blanco/Pan integral

**JUEVES 8**  
Paella de verduritas  
Contramuslo de pollo al horno o a la plancha  
Ensalada de lechuga y brotes de soja  
Yogur de soja y Pan blanco/Pan integral

**VIERNES 9**  
Crema de calabacín  
Cinta de lomo al horno o a la plancha  
Patatas dado  
Fruta fresca y Pan blanco/Pan integral

**LUNES 12**  
Arroz con salsa de tomate  
Bacalao a la vizcaína  
Ensalada de lechuga y maíz  
Fruta fresca y Pan blanco/Pan integral

**MARTES 13**  
Lazos con salsa de tomate  
Tortilla francesa  
Ensalada de lechuga y tomate  
Yogur de soja y Pan blanco/Pan integral

**SAN ISIDRO 14**  
Sopa casera de cocido con pasta  
Garbanzos con patata y pollo  
-  
Fruta fresca y Pan blanco/Pan integral

**JUEVES 15**  
FESTIVO

**DÍA DEL CELIACO 16**  
Crema de zanahoria  
Amorcitos de pollo en salsa de verduras  
Patatas fritas  
Fruta fresca y Pan blanco/Pan integral

**LUNES 19**  
Arroz con verduras  
Filete de pavo en salsa  
Ensalada de lechuga y zanahoria  
Fruta fresca y Pan blanco/Pan integral

**VA POR VOSOTROS 20**  
Macarrones con salsa de tomate  
Pollo al horno o a la plancha  
Patatas fritas  
Yogur de soja y Pan blanco/Pan integral

**MIÉRCOLES 21**  
Brócoli salteado con patatas  
Merluza en salsa verde con guisantes  
-  
Fruta fresca y Pan blanco/Pan integral

**JUEVES 22**  
Crema de verduras y hortalizas  
Pollo a la jardinera  
Patatas fritas  
Yogur de soja y Pan blanco/Pan integral

**VIERNES 23**  
Lentejas con zanahoria  
Revuelto de huevo  
Ensalada de lechuga y tomate  
Fruta fresca y Pan blanco/Pan integral

**LUNES 26**  
Menestra de verduras  
Cerdo al horno o a la plancha  
Arroz blanco  
Fruta fresca y Pan blanco/Pan integral

**MARTES 27**  
Macarrones a la napolitana  
Salmón al horno con salsa de naranja  
Calabacín salteado  
Yogur de soja y Pan blanco/Pan integral

**MIÉRCOLES 28**  
Crema de calabaza y manzana  
Contramuslo de pollo al horno o al ajillo  
Ensalada de lechuga y tomate  
Fruta fresca y Pan blanco/Pan integral

**JUEVES 29**  
Lentejas con patatas y verduras  
Limanda al horno o a la plancha  
Ensalada de lechuga y aceitunas  
Fruta fresca y Pan blanco/Pan integral

**VIERNES 30**  
Arroz con salsa de tomate  
Tortilla francesa  
Ensalada de lechuga y maíz  
Fruta fresca y Pan blanco/Pan integral

LUNES

MARTES

MIÉRCOLES

JUEVES

VIERNES

Puede 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

**LUNES** 5  
Lentejas con patatas y verduras  
Tortilla de patata y cebolla  
Ensalada de lechuga y tomate  
Fruta fresca y Pan blanco/Pan integral

**MARTES** 6  
Macarrones con salsa de tomate  
Merluza a la bilbaina  
Ensalada de lechuga y maíz  
Yogur de soja y Pan blanco/Pan integral

**MIÉRCOLES** 7  
Judías verdes con patatas salteadas  
Lomo de cerdo salseado con zanahoria  
Fruta fresca y Pan blanco/Pan integral

**JUEVES** 8  
Paella de verduras  
Contramuslo de pollo al horno o a la plancha  
Ensalada de lechuga y brotes de soja  
Yogur de soja y Pan blanco/Pan integral

**VIERNES** 9  
Crema de calabacín  
Cinta de lomo al horno o a la plancha  
Patatas dado  
Fruta fresca y Pan blanco/Pan integral

**LUNES** 12  
Arroz con salsa de tomate  
Bacalao a la vizcaína  
Ensalada de lechuga y maíz  
Fruta fresca y Pan blanco/Pan integral

**MARTES** 13  
Lazos con salsa de tomate  
Tortilla francesa  
Ensalada de lechuga y tomate  
Yogur de soja y Pan blanco/Pan integral

**SAN ISIDRO** 14  
Sopa casera de ave con fideos  
Garbanzos con patata y pollo  
-  
Fruta fresca y Pan blanco/Pan integral

**JUEVES** 15  
FESTIVO

**DÍA DEL CELIACO** 16  
Crema de zanahoria  
Pamoncitos de pollo en salsa de verduras  
Patatas fritas  
Fruta fresca y Pan blanco/Pan integral

**LUNES** 19  
Arroz con verduras  
Filete de pavo en salsa  
Ensalada de lechuga y zanahoria  
Fruta fresca y Pan blanco/Pan integral

**VA POR VOSOTROS** 20  
Macarrones con salsa de tomate  
Pollo al horno o a la plancha  
Patatas fritas  
Yogur de soja y Pan blanco/Pan integral

**MIÉRCOLES** 21  
Brócoli salteado con patatas  
Merluza en salsa verde con guisantes  
-  
Fruta fresca y Pan blanco/Pan integral

**JUEVES** 22  
Crema de verduras y hortalizas  
Pollo a la jardinera  
Patatas fritas  
Yogur de soja y Pan blanco/Pan integral

**VIERNES** 23  
Lentejas con zanahoria  
Revuelto de huevo  
Ensalada de lechuga y tomate  
Fruta fresca y Pan blanco/Pan integral

**LUNES** 26  
Menestra de verduras  
Cerdo al horno o a la plancha  
Arroz blanco  
Fruta fresca y Pan blanco/Pan integral

**MARTES** 27  
Macarrones a la napolitana  
Salmón al horno con salsa de naranja  
Calabacín salteado  
Yogur de soja y Pan blanco/Pan integral

**MIÉRCOLES** 28  
Crema de calabaza y manzana  
Contramuslo de pollo al horno o al ajillo  
Ensalada de lechuga y tomate  
Fruta fresca y Pan blanco/Pan integral

**JUEVES** 29  
Lentejas con patatas y verduras  
Limanda al horno o a la plancha  
Ensalada de lechuga y aceitunas  
Fruta fresca y Pan blanco/Pan integral

**VIERNES** 30  
Arroz con salsa de tomate  
Tortilla francesa  
Ensalada de lechuga y maíz  
Fruta fresca y Pan blanco/Pan integral

LUNES

MARTES

MIÉRCOLES

JUEVES

VIERNES

Puede 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

**LUNES** 5  
Lentejas con patatas y verduras  
Pechuga de pavo al horno o a la plancha  
Ensalada de lechuga y tomate  
Fruta fresca y Pan blanco/Pan integral

**MARTES** 6  
Macarrones con salsa de tomate  
Merluza a la bilbaína  
Ensalada de lechuga y maíz  
Yogur de sabores y Pan blanco/Pan integral

**MIÉRCOLES** 7  
Judías verdes con patatas salteadas  
Lomo de cerdo salseado con zanahoria  
Fruta fresca y Pan blanco/Pan integral

**JUEVES** 8  
Paella de verduras  
Contramuslo de pollo al horno o a la plancha  
Ensalada de lechuga y brotes de soja  
Yogur de sabores y Pan blanco/Pan integral

**VIERNES** 9  
Crema de calabacín  
Cinta de lomo al horno o a la plancha  
Patatas dado  
Fruta fresca y Pan blanco/Pan integral

**LUNES** 12  
Arroz con salsa de tomate  
Bacalao a la vizcaína  
Ensalada de lechuga y maíz  
Fruta fresca y Pan blanco/Pan integral

**MARTES** 13  
Lazos 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

**SAN ISIDRO** 14  
Sopa casera de cocido con pasta  
Garbanzos con patata y pollo  
Fruta fresca y Pan blanco/Pan integral

**JUEVES** 15  
FESTIVO

**DÍA DEL CELIACO** 16  
Crema de zanahoria  
Jamoncitos de pollo en salsa de verduras  
Patatas fritas  
Fruta fresca y Pan blanco/Pan integral

**LUNES** 19  
Arroz con verduras  
Filete de pavo en salsa  
Ensalada de lechuga y zanahoria  
Fruta fresca y Pan blanco/Pan integral

**VA POR VOSOTROS** 20  
Macarrones con salsa de tomate  
Pollo al horno o a la plancha  
Patatas fritas  
Yogur de sabores y Pan blanco/Pan integral

**MIÉRCOLES** 21  
Brócoli salteado con patatas  
Merluza en salsa verde con guisantes  
Fruta fresca y Pan blanco/Pan integral

**JUEVES** 22  
Crema de verduras y hortalizas  
Pollo a la jardinera  
Patatas fritas  
Yogur de sabores y Pan blanco/Pan integral

**VIERNES** 23  
Lentejas con zanahoria  
Pavo al horno con cebolla  
Ensalada de lechuga y tomate  
Fruta fresca y Pan blanco/Pan integral

**LUNES** 26  
Menestra de verduras  
Cerdo en salsa de mostaza  
Arroz blanco  
Fruta fresca y Pan blanco/Pan integral

**MARTES** 27  
Macarrones a la napolitana  
Salmón al horno con salsa de naranja  
Calabacín salteado  
Yogur de sabores y Pan blanco/Pan integral

**MIÉRCOLES** 28  
Crema de calabaza y manzana  
Contramuslo de pollo al horno o al ajillo  
Ensalada de lechuga y tomate  
Fruta fresca y Pan blanco/Pan integral

**JUEVES** 29  
Lentejas con patatas y verduras  
Limanda al horno o a la plancha  
Ensalada de lechuga y aceitunas  
Fruta fresca y Pan blanco/Pan integral

**VIERNES** 30  
Arroz con salsa de tomate  
Pechuga de pavo al horno o a la plancha  
Ensalada de lechuga y maíz  
Fruta fresca y Pan blanco/Pan integral

MAYO 2025

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

SANTA ANA Y SAN RAFAEL

LUNES

MARTES

MIÉRCOLES

JUEVES

VIERNES

Puede 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

**LUNES**

5

Coliflor al ajoarriero  
Tortilla de patata y cebolla  
Ensalada de lechuga y tomate  
Fruta fresca y Pan blanco/Pan integral

**MARTES**

6

Macarrones sin soja con salsa de tomate  
Merluza a la bilbaína  
Ensalada de lechuga y maíz  
Yogur de sabores y Pan blanco/Pan integral

**MIÉRCOLES**

7

Espinacas salteadas  
Lomo de cerdo salseado con zanahoria  
Fruta fresca y Pan blanco/Pan integral

**JUEVES**

8

Arroz salteado con calabacín  
Contramuslo de pollo al horno o a la plancha  
Ensalada de lechuga y maíz  
Yogur de sabores y Pan blanco/Pan integral

**VIERNES**

9

Crema de calabacín  
Cinta de lomo al horno o a la plancha  
Patatas dado  
Fruta fresca y Pan blanco/Pan integral

**LUNES**

12

Arroz con salsa de tomate  
Bacalao a la vizcaína  
Ensalada de lechuga y maíz  
Fruta fresca y Pan blanco/Pan integral

**MARTES**

13

Lazos sin soja con salsa de tomate  
Tortilla francesa  
Ensalada de lechuga y tomate  
Yogur de sabores y Pan blanco/Pan integral

**SAN ISIDRO**

14

Sopa casera de cocido con pasta sin soja  
Morcillo de ternera  
Patatas cocidas  
Fruta fresca y Pan blanco/Pan integral

**JUEVES**

15

FESTIVO

**DÍA DEL CELIACO**

16

Crema de zanahoria  
Jamoncitos de pollo al horno  
Patatas fritas  
Fruta fresca y Pan blanco/Pan integral

**LUNES**

19

Arroz con verduras (sin guisantes)  
Filete de pavo en salsa  
Ensalada de lechuga y zanahoria  
Fruta fresca y Pan blanco/Pan integral

**VA POR VOSOTROS**

20

Macarrones sin soja con salsa de tomate  
Pollo al horno o a la plancha  
Patatas fritas  
Yogur de sabores y Pan blanco/Pan integral

**MIÉRCOLES**

21

Brócoli salteado con patatas  
Merluza al horno o a la plancha  
Ensalada de lechuga y zanahoria  
Fruta fresca y Pan blanco/Pan integral

**JUEVES**

22

Crema de acelgas y zanahoria  
Filete de pollo en salsa  
Patatas fritas  
Yogur de sabores y Pan blanco/Pan integral

**VIERNES**

23

Sopa casera de ave con fideos sin soja  
Revuelto de huevo  
Ensalada de lechuga y tomate  
Fruta fresca y Pan blanco/Pan integral

**LUNES**

26

Crema de calabacín  
Cerdo al horno o a la plancha  
Arroz blanco  
Fruta fresca y Pan blanco/Pan integral

**MARTES**

27

Macarrones sin soja a la napolitana  
Salmón al horno con salsa de naranja  
Calabacín salteado  
Yogur de sabores y Pan blanco/Pan integral

**MIÉRCOLES**

28

Crema de calabaza y manzana  
Contramuslo de pollo al horno o al ajillo  
Ensalada de lechuga y tomate  
Fruta fresca y Pan blanco/Pan integral

**JUEVES**

29

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

**VIERNES**

30

Arroz con salsa de tomate  
Tortilla francesa  
Ensalada de lechuga y maíz  
Fruta fresca y Pan blanco/Pan integral



LUNES

MARTES

MIÉRCOLES

JUEVES

VIERNES

*Puede 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*

**LUNES**

**5**

Lentejas con patatas y verduras  
Tortilla de patata y cebolla  
Ensalada de lechuga y tomate  
Fruta fresca y Pan blanco/Pan integral

**MARTES**

**6**

Macarrones con salsa de tomate  
Merluza a la bilbaína  
Ensalada de lechuga y maíz  
Yogur de sabores y Pan blanco/Pan integral

**MIÉRCOLES**

**7**

Judías verdes con patatas salteadas  
Lomo de cerdo salseado con zanahoria  
Fruta fresca y Pan blanco/Pan integral

**JUEVES**

**8**

Paella de verduras  
Contramuslo de pollo al horno o a la plancha  
Ensalada de lechuga y brotes de soja  
Yogur de sabores y Pan blanco/Pan integral

**VIERNES**

**9**

Crema de calabacín  
Albóndigas al chilindrón  
Patatas dado  
Fruta fresca y Pan blanco/Pan integral

**LUNES**

**12**

Arroz con salsa de tomate  
Bacalao rebozado  
Ensalada de lechuga y maíz  
Fruta fresca y Pan blanco/Pan integral

**MARTES**

**13**

Lazos al pesto sin piñones  
Tortilla francesa  
Ensalada de lechuga y tomate  
Yogur de sabores y Pan blanco/Pan integral

**SAN ISIDRO**

**14**

Sopa casera de cocido con pasta  
Garbanzos con patata y pollo  
-  
Fruta fresca y Pan blanco/Pan integral

**JUEVES**

**15**

FESTIVO

**DÍA DEL CELIACO**

**16**

Crema de zanahoria  
Jamoncitos de pollo en salsa de verduras  
Patatas fritas  
Fruta fresca y Pan blanco/Pan integral

**LUNES**

**19**

Arroz a banda  
Flamenquines  
Ensalada de lechuga y zanahoria  
Fruta fresca y Pan blanco/Pan integral

**VA POR VOSOTROS**

**20**

Macarrones con tomate y chorizo  
Hamburguesa de pollo al horno o a la plancha  
Patatas fritas  
Yogur de sabores y Pan blanco/Pan integral

**MIÉRCOLES**

**21**

Brócoli salteado con patatas  
Merluza en salsa verde con guisantes  
-  
Fruta fresca y Pan blanco/Pan integral

**JUEVES**

**22**

Crema de verduras y hortalizas  
Pollo a la jardinera  
Patatas fritas  
Yogur de sabores y Pan blanco/Pan integral

**VIERNES**

**23**

Lentejas con zanahoria  
Revuelto de huevo con pavo  
Ensalada de lechuga y tomate  
Fruta fresca y Pan blanco/Pan integral

**LUNES**

**26**

Menestra de verduras  
Cerdo en salsa de mostaza  
Arroz blanco  
Fruta fresca y Pan blanco/Pan integral

**MARTES**

**27**

Macarrones a la napolitana  
Salmón al horno con salsa de naranja  
Calabacín salteado  
Yogur de sabores y Pan blanco/Pan integral

**MIÉRCOLES**

**28**

Crema de calabaza y manzana  
Contramuslo de pollo al horno o al ajillo  
Ensalada de lechuga y tomate  
Fruta fresca y Pan blanco/Pan integral

**JUEVES**

**29**

Lentejas con patatas y verduras  
Rabas de calamar rebozadas  
Ensalada de lechuga y aceitunas  
Fruta fresca y Pan blanco/Pan integral

**VIERNES**

**30**

Arroz con salsa de tomate  
Tortilla francesa con york  
Ensalada de lechuga y maíz  
Fruta fresca y Pan blanco/Pan integral

LUNES

MARTES

MIÉRCOLES

JUEVES

VIERNES

*Puede 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*

**LUNES**

5

Lentejas con patatas y verduras  
Tortilla de patata y cebolla  
Ensalada de lechuga y tomate  
Fruta fresca y Pan blanco/Pan integral

**MARTES**

6

Macarrones bella Aurora  
Pechuga de pavo al horno o a la plancha  
Ensalada de lechuga y maíz  
Yogur de sabores y Pan blanco/Pan integral

**MIÉRCOLES**

7

Judías verdes con patatas salteadas  
Lomo de cerdo salseado con zanahoria  
Fruta fresca y Pan blanco/Pan integral

**JUEVES**

8

Paella de verduras  
Contramuslo de pollo al horno o a la plancha  
Ensalada de lechuga y brotes de soja  
Yogur de sabores y Pan blanco/Pan integral

**VIERNES**

9

Crema de calabacín  
Albóndigas al chilindrón  
Patatas dado  
Fruta fresca y Pan blanco/Pan integral

**LUNES**

12

Arroz con salsa de tomate  
Filete de pavo en salsa  
Ensalada de lechuga y maíz  
Fruta fresca y Pan blanco/Pan integral

**MARTES**

13

Lazos al pesto  
Tortilla francesa  
Ensalada de lechuga y tomate  
Yogur de sabores y Pan blanco/Pan integral

**SAN ISIDRO**

14

Sopa casera de cocido con pasta  
Cocido completo  
Barquillos de San Isidro y Pan blanco/Pan integral

**JUEVES**

15

FESTIVO

**DÍA DEL CELIACO**

16

Crema de zanahoria  
Amoncitos de pollo en salsa de verduras  
Patatas fritas  
Fruta fresca y Pan blanco/Pan integral

**LUNES**

19

Arroz con verduras  
Filete de pavo en salsa  
Ensalada de lechuga y zanahoria  
Fruta fresca y Pan blanco/Pan integral

**VA POR VOSOTROS**

20

Macarrones con tomate y chorizo  
Hamburguesa de pollo al horno o a la plancha  
Patatas fritas  
Helado de vainilla y Pan blanco/Pan integral

**MIÉRCOLES**

21

Brócoli salteado con patatas  
Tortilla francesa  
Ensalada de lechuga y zanahoria  
Fruta fresca y Pan blanco/Pan integral

**JUEVES**

22

Crema de verduras y hortalizas  
Pollo a la jardinera  
Patatas fritas  
Yogur de sabores y Pan blanco/Pan integral

**VIERNES**

23

Lentejas con zanahoria  
Revuelto de huevo con pavo  
Ensalada de lechuga y tomate  
Fruta fresca y Pan blanco/Pan integral

**LUNES**

26

Menestra de verduras  
Cerdo en salsa de mostaza  
Arroz blanco  
Fruta fresca y Pan blanco/Pan integral

**MARTES**

27

Macarrones a la napolitana  
Filete de pavo en salsa  
Calabacín salteado  
Yogur de sabores y Pan blanco/Pan integral

**MIÉRCOLES**

28

Crema de calabaza y manzana  
Contramuslo de pollo al horno o al ajillo  
Ensalada de lechuga y tomate  
Fruta fresca y Pan blanco/Pan integral

**JUEVES**

29

Lentejas con patatas y verduras  
Cinta de lomo al horno  
Ensalada de lechuga y aceitunas  
Fruta fresca y Pan blanco/Pan integral

**VIERNES**

30

Arroz con salsa de tomate  
Tortilla francesa con york  
Ensalada de lechuga y maíz  
Fruta fresca y Pan blanco/Pan integral

LUNES

MARTES

MIÉRCOLES

JUEVES

VIERNES

*Puede 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*

**LUNES**

**5**

Lentejas con patatas y verduras  
Tortilla de patata y cebolla  
Ensalada de lechuga y tomate  
Fruta fresca y Pan blanco/Pan integral

**MARTES**

**6**

Macarrones bella Aurora  
Merluza a la bilbaína  
Ensalada de lechuga y maíz  
Yogur de sabores y Pan blanco/Pan integral

**MIÉRCOLES**

**7**

Judías verdes con patatas salteadas  
Lomo de cerdo salseado con zanahoria  
Fruta fresca y Pan blanco/Pan integral

**JUEVES**

**8**

Paella de verduras  
Contramuslo de pollo al horno o a la plancha  
Ensalada de lechuga y brotes de soja  
Yogur de sabores y Pan blanco/Pan integral

**VIERNES**

**9**

Crema de calabacín  
Albóndigas al chilindrón  
Patatas dado  
Fruta fresca y Pan blanco/Pan integral

**LUNES**

**12**

Arroz con salsa de tomate  
Bacalao a la vizcaína  
Ensalada de lechuga y maíz  
Fruta fresca y Pan blanco/Pan integral

**MARTES**

**13**

Lazos al pesto  
Tortilla francesa  
Ensalada de lechuga y tomate  
Yogur de sabores y Pan blanco/Pan integral

**SAN ISIDRO**

**14**

Sopa casera de cocido con pasta  
Cocido completo  
Barquillos de San Isidro y Pan blanco/Pan integral

**JUEVES**

**15**

**FESTIVO**

**DÍA DEL CELIACO**

**16**

Crema de zanahoria  
amoncitos de pollo en salsa de verduras  
Patatas fritas  
Fruta fresca y Pan blanco/Pan integral

**LUNES**

**19**

Arroz con verduras  
Filete de pavo en salsa  
Ensalada de lechuga y zanahoria  
Fruta fresca y Pan blanco/Pan integral

**VA POR VOSOTROS**

**20**

Macarrones con tomate y chorizo  
Hamburguesa de pollo al horno o a la plancha  
Patatas fritas  
Helado de vainilla y Pan blanco/Pan integral

**MIÉRCOLES**

**21**

Brócoli salteado con patatas  
Merluza en salsa verde con guisantes  
Fruta fresca y Pan blanco/Pan integral

**JUEVES**

**22**

Crema de verduras y hortalizas  
Pollo a la jardinera  
Patatas fritas  
Yogur de sabores y Pan blanco/Pan integral

**VIERNES**

**23**

Lentejas con zanahoria  
Revuelto de huevo con pavo  
Ensalada de lechuga y tomate  
Fruta fresca y Pan blanco/Pan integral

**LUNES**

**26**

Menestra de verduras  
Cerdo en salsa de mostaza  
Arroz blanco  
Fruta fresca y Pan blanco/Pan integral

**MARTES**

**27**

Macarrones a la napolitana  
Salmón al horno con salsa de naranja  
Calabacín salteado  
Yogur de sabores y Pan blanco/Pan integral

**MIÉRCOLES**

**28**

Crema de calabaza y manzana  
Contramuslo de pollo al horno o al ajillo  
Ensalada de lechuga y tomate  
Fruta fresca y Pan blanco/Pan integral

**JUEVES**

**29**

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

**VIERNES**

**30**

Arroz con salsa de tomate  
Tortilla francesa con york  
Ensalada de lechuga y maíz  
Fruta fresca y Pan blanco/Pan integral

MAYO 2025

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

LUNES

MARTES

MIÉRCOLES

JUEVES

VIERNES

Puede 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

**LUNES**

5

Coliflor al ajoarriero  
Tortilla de patata y cebolla  
Ensalada de lechuga y tomate  
Fruta fresca y Pan sin gluten y sin lactosa

**MARTES**

6

Macarrones sin gluten con salsa de tomate  
Merluza a la bilbaína  
Ensalada de lechuga y maíz  
Yogur de soja (sin gluten) y Pan sin gluten y sin lac

**MIÉRCOLES**

7

Judías verdes con patatas salteadas  
Lomo de cerdo salseado con zanahoria  
Fruta fresca y Pan sin gluten y sin lactosa

**JUEVES**

8

Paella de verduras  
Contramuslo de pollo al horno o a la plancha  
Ensalada de lechuga y brotes de soja  
Yogur de soja (sin gluten) y Pan sin gluten y sin lac

**VIERNES**

9

Crema de calabacín  
Cinta de lomo al horno o a la plancha  
Patatas dado  
Fruta fresca y Pan sin gluten y sin lactosa

**LUNES**

12

Arroz con salsa de tomate  
Bacalao a la vizcaína  
Ensalada de lechuga y maíz  
Fruta fresca y Pan sin gluten y sin lactosa

**MARTES**

13

Lazos sin gluten con salsa de tomate  
Tortilla francesa  
Ensalada de lechuga y tomate  
Yogur de soja (sin gluten) y Pan sin gluten y sin lac

**SAN ISIDRO**

14

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

**JUEVES**

15

FESTIVO

**DÍA DEL CELIACO**

16

Crema de zanahoria  
Crocantes de pollo en salsa de verduras  
Patatas fritas  
Fruta fresca y Pan sin gluten y sin lactosa

**LUNES**

19

Arroz con verduras  
Filete de pavo en salsa  
Ensalada de lechuga y zanahoria  
Fruta fresca y Pan sin gluten y sin lactosa

**VA POR VOSOTROS**

20

Macarrones sin gluten con salsa de tomate  
Pollo al horno o a la plancha  
Patatas fritas  
Yogur de soja (sin gluten) y Pan sin gluten y sin lac

**MIÉRCOLES**

21

Brócoli salteado con patatas  
Merluza en salsa verde con guisantes  
Fruta fresca y Pan sin gluten y sin lactosa

**JUEVES**

22

Crema de verduras y hortalizas  
Pollo a la jardinera  
Patatas fritas  
Yogur de soja (sin gluten) y Pan sin gluten y sin lac

**VIERNES**

23

Sopa casera de ave con fideos sin gluten  
Revuelto de huevo  
Ensalada de lechuga y tomate  
Fruta fresca y Pan sin gluten y sin lactosa

**LUNES**

26

Menestra de verduras  
Cerdo al horno o a la plancha  
Arroz blanco  
Fruta fresca y Pan sin gluten y sin lactosa

**MARTES**

27

Macarrones sin gluten a la napolitana  
Salmón al horno  
Calabacín salteado  
Yogur de soja (sin gluten) y Pan sin gluten y sin lactosa

**MIÉRCOLES**

28

Crema de calabaza y manzana  
Contramuslo de pollo al horno o al ajillo  
Ensalada de lechuga y tomate  
Fruta fresca y Pan sin gluten y sin lactosa

**JUEVES**

29

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

**VIERNES**

30

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

LUNES

MARTES

MIÉRCOLES

JUEVES

VIERNES

Puede 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

**LUNES**

5

Lentejas con patatas y verduras  
Tortilla de patata y cebolla  
Ensalada de lechuga y tomate  
Fruta fresca y Pan blanco/Pan integral

**MARTES**

6

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

**MIÉRCOLES**

7

Judías verdes con patatas salteadas  
Lomo de cerdo salseado con zanahoria  
Fruta fresca y Pan blanco/Pan integral

**JUEVES**

8

Paella de verduras  
Contramuslo de pollo al horno o a la plancha  
Ensalada de lechuga y brotes de soja  
Yogur de soja y Pan blanco/Pan integral

**VIERNES**

9

Crema de calabacín  
Cinta de lomo al horno o a la plancha  
Patatas dado  
Fruta fresca y Pan blanco/Pan integral

**LUNES**

12

Arroz con salsa de tomate  
Filete de pavo en salsa  
Ensalada de lechuga y maíz  
Fruta fresca y Pan blanco/Pan integral

**MARTES**

13

Lazos con salsa de tomate  
Tortilla francesa  
Ensalada de lechuga y tomate  
Yogur de soja y Pan blanco/Pan integral

**SAN ISIDRO**

14

Sopa casera de ave con fideos  
Garbanzos con patata y pollo  
-  
Fruta fresca y Pan blanco/Pan integral

**JUEVES**

15

FESTIVO

**DÍA DEL CELIACO**

16

Crema de zanahoria  
Limoncitos de pollo en salsa de verduras  
Patatas fritas  
Fruta fresca y Pan blanco/Pan integral

**LUNES**

19

Arroz con verduras  
Filete de pavo en salsa  
Ensalada de lechuga y zanahoria  
Fruta fresca y Pan blanco/Pan integral

**VA POR VOSOTROS**

20

Macarrones con salsa de tomate  
Pollo al horno o a la plancha  
Patatas fritas  
Yogur de soja y Pan blanco/Pan integral

**MIÉRCOLES**

21

Brócoli salteado con patatas  
Tortilla francesa  
Ensalada de lechuga y zanahoria  
Fruta fresca y Pan blanco/Pan integral

**JUEVES**

22

Crema de verduras y hortalizas  
Pollo a la jardinera  
Patatas fritas  
Yogur de soja y Pan blanco/Pan integral

**VIERNES**

23

Lentejas con zanahoria  
Revuelto de huevo  
Ensalada de lechuga y tomate  
Fruta fresca y Pan blanco/Pan integral

**LUNES**

26

Menestra de verduras  
Cerdo al horno o a la plancha  
Arroz blanco  
Fruta fresca y Pan blanco/Pan integral

**MARTES**

27

Macarrones a la napolitana  
Filete de pavo en salsa  
Calabacín salteado  
Yogur de soja y Pan blanco/Pan integral

**MIÉRCOLES**

28

Crema de calabaza y manzana  
Contramuslo de pollo al horno o al ajillo  
Ensalada de lechuga y tomate  
Fruta fresca y Pan blanco/Pan integral

**JUEVES**

29

Lentejas con patatas y verduras  
Cinta de lomo al horno  
Ensalada de lechuga y aceitunas  
Fruta fresca y Pan blanco/Pan integral

**VIERNES**

30

Arroz con salsa de tomate  
Tortilla francesa  
Ensalada de lechuga y maíz  
Fruta fresca y Pan blanco/Pan integral

LUNES

MARTES

MIÉRCOLES

JUEVES

VIERNES

*Puede 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*

**LUNES** 5  
Lentejas con patatas y verduras  
Pechuga de pavo al horno o a la plancha  
Ensalada de lechuga y tomate  
Fruta fresca y Pan blanco/Pan integral

**MARTES** 6  
Macarrones con salsa de tomate  
Merluza a la bilbaína  
Ensalada de lechuga y maíz de soja (sin frutos secos) y Pan blanco/Pan integral

**MIÉRCOLES** 7  
Judías verdes con patatas salteadas  
Lomo de cerdo salseado con zanahoria  
Fruta fresca y Pan blanco/Pan integral

**JUEVES** 8  
Paella de verduras  
Contramuslo de pollo al horno o a la plancha  
Ensalada de lechuga y brotes de soja de soja (sin frutos secos) y Pan blanco/Pan integral

**VIERNES** 9  
Crema de calabacín  
Cinta de lomo al horno o a la plancha  
Patatas dado  
Fruta fresca y Pan blanco/Pan integral

**LUNES** 12  
Arroz con salsa de tomate  
Bacalao a la vizcaína  
Ensalada de lechuga y maíz  
Fruta fresca y Pan blanco/Pan integral

**MARTES** 13  
Lazos 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 integral

**SAN ISIDRO** 14  
Sopa casera de ave con fideos  
Garbanzos con patata y pollo  
-  
Fruta fresca y Pan blanco/Pan integral

**JUEVES** 15  
FESTIVO

**DÍA DEL CELIACO** 16  
Crema de zanahoria  
Amoncitos de pollo en salsa de verduras  
Patatas fritas  
Fruta fresca y Pan blanco/Pan integral

**LUNES** 19  
Arroz con verduras  
Filete de pavo en salsa  
Ensalada de lechuga y zanahoria  
Fruta fresca y Pan blanco/Pan integral

**VA POR VOSOTROS** 20  
Macarrones con salsa de tomate  
Pollo al horno o a la plancha  
Patatas fritas de soja (sin frutos secos) y Pan blanco/Pan integral

**MIÉRCOLES** 21  
Brócoli salteado con patatas  
Merluza en salsa verde con guisantes  
-  
Fruta fresca y Pan blanco/Pan integral

**JUEVES** 22  
Crema de verduras y hortalizas  
Pollo a la jardinera  
Patatas fritas de soja (sin frutos secos) y Pan blanco/Pan integral

**VIERNES** 23  
Lentejas con zanahoria  
Pavo al horno con cebolla  
Ensalada de lechuga y tomate  
Fruta fresca y Pan blanco/Pan integral

**LUNES** 26  
Menestra de verduras  
Cerdo al horno o a la plancha  
Arroz blanco  
Fruta fresca y Pan blanco/Pan integral

**MARTES** 27  
Macarrones a la napolitana  
Salmón al horno con salsa de naranja  
Calabacín salteado  
Yogur de soja (sin frutos secos) y Pan blanco/Pan integral

**MIÉRCOLES** 28  
Crema de calabaza y manzana  
Contramuslo de pollo al horno o al ajillo  
Ensalada de lechuga y tomate  
Fruta fresca y Pan blanco/Pan integral

**JUEVES** 29  
Lentejas con patatas y verduras  
Limanda al horno o a la plancha  
Ensalada de lechuga y aceitunas  
Fruta fresca y Pan blanco/Pan integral

**VIERNES** 30  
Arroz con salsa de tomate  
Pechuga de pavo al horno o a la plancha  
Ensalada de lechuga y maíz  
Fruta fresca y Pan blanco/Pan integral

LUNES

MARTES

MIÉRCOLES

JUEVES

VIERNES

*Puede 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*

**LUNES**

**5**

Caldo casero de ave con arroz  
Tortilla francesa  
Ensalada de tomate  
Naranja/Mandarinas\_

**MARTES**

**6**

Arroz blanco salteado  
Merluza al horno o a la plancha  
Yogur natural SIN LACTOSA \_

**MIÉRCOLES**

**7**

Judías verdes con patatas al vapor  
Lomo de cerdo salseado con zanahoria  
Naranja/Mandarinas\_

**JUEVES**

**8**

Arroz salteado con calabacín  
Pollo al horno  
Berenjena horno/plancha  
Yogur natural SIN LACTOSA \_

**VIERNES**

**9**

Crema de acelgas  
Cinta de lomo al horno o a la plancha  
Patatas cocidas  
Naranja/Mandarinas\_

**LUNES**

**12**

Arroz blanco salteado  
Bacalao al horno  
Naranja/Mandarinas\_

**MARTES**

**13**

Patatas hervidas con zanahoria, calabacín y calabaza  
Tortilla francesa  
Ensalada de tomate  
Yogur natural SIN LACTOSA \_

**SAN ISIDRO**

**14**

Caldo casero de ave con arroz  
Pollo al horno o a la plancha  
Zanahoria salteada  
Naranja/Mandarinas\_

**JUEVES**

**15**

FESTIVO

**DÍA DEL CELIACO**

**16**

Crema de acelgas  
Jamoncitos de pollo al horno  
Patatas cocidas  
Naranja/Mandarinas\_

**LUNES**

**19**

Arroz en blanco con zanahoria  
Filete de pavo en salsa  
Calabacín salteado  
Naranja/Mandarinas\_

**VA POR VOSOTROS**

**20**

Arroz blanco salteado  
Pollo al horno o a la plancha  
Patatas cocidas  
Yogur natural SIN LACTOSA \_

**MIÉRCOLES**

**21**

Acelgas con patata  
Merluza al horno o a la plancha  
Calabacín salteado  
Naranja/Mandarinas\_

**JUEVES**

**22**

Crema de acelgas y zanahoria  
Filete de pollo en salsa  
Patatas cocidas  
Yogur natural SIN LACTOSA \_

**VIERNES**

**23**

Caldo casero de ave con arroz  
Revuelto de huevo  
Naranja/Mandarinas\_

**LUNES**

**26**

Crema de espinacas  
Cerdo al horno o a la plancha  
Arroz blanco  
Plátano\_

**MARTES**

**27**

Arroz blanco salteado  
Salmón al horno  
Calabacín salteado  
Yogur natural SIN LACTOSA \_

**MIÉRCOLES**

**28**

Crema de acelgas  
Contramuslo de pollo al horno  
Ensalada de tomate  
Plátano\_

**JUEVES**

**29**

Caldo casero de ave con arroz  
Limanda al horno o a la plancha  
Calabacín salteado  
Plátano\_

**VIERNES**

**30**

Arroz blanco salteado  
Tortilla francesa  
Zanahoria salteada  
Plátano\_

LUNES

MARTES

MIÉRCOLES

JUEVES

VIERNES

*Puede 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*

**LUNES**

**5**

Caldo casero de ave con arroz  
Tortilla francesa  
Ensalada de tomate  
Naranja, mandarina o plátano y \_

**MARTES**

**6**

Macarrones en blanco salteados  
Merluza al horno o a la plancha  
Ensalada de tomate  
Yogur natural SIN AZÚCAR y \_

**MIÉRCOLES**

**7**

Judías verdes con patatas al vapor  
Lomo de cerdo salseado con zanahoria  
Yogur natural SIN AZÚCAR y \_

**JUEVES**

**8**

Arroz salteado con calabacín  
Pollo al horno  
Berenjena horno/plancha  
Yogur natural SIN AZÚCAR y \_

**VIERNES**

**9**

Crema de acelgas  
Cinta de lomo al horno o a la plancha  
Patatas cocidas  
Yogur natural SIN AZÚCAR y \_

**LUNES**

**12**

Arroz blanco salteado  
Bacalao al horno  
Ensalada de tomate  
Yogur natural SIN AZÚCAR y \_

**MARTES**

**13**

Lazos en blanco salteados  
Tortilla francesa  
Ensalada de tomate  
Yogur natural SIN AZÚCAR y \_

**SAN ISIDRO**

**14**

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

**JUEVES**

**15**

FESTIVO

**DÍA DEL CELIACO**

**16**

Crema de acelgas  
Jamoncitos de pollo al horno  
Patatas cocidas  
Yogur natural SIN AZÚCAR y \_

**LUNES**

**19**

Arroz en blanco con zanahoria  
Filete de pavo en salsa  
Calabacín salteado  
Yogur natural SIN AZÚCAR y \_

**VA POR VOSOTROS**

**20**

Macarrones en blanco salteados  
Pollo al horno o a la plancha  
Patatas cocidas  
Yogur natural SIN AZÚCAR y \_

**MIÉRCOLES**

**21**

Acelgas con patata  
Merluza al horno o a la plancha  
Calabacín salteado  
Yogur natural SIN AZÚCAR y \_

**JUEVES**

**22**

Crema de acelgas y zanahoria  
Filete de pollo en salsa  
Patatas cocidas  
Yogur natural SIN AZÚCAR y \_

**VIERNES**

**23**

Caldo casero de ave con arroz  
Revuelto de huevo  
Yogur natural SIN AZÚCAR y \_

**LUNES**

**26**

Crema de calabacín  
Cerdo al horno o a la plancha  
Arroz blanco  
Naranja, mandarina o plátano y \_

**MARTES**

**27**

Macarrones en blanco salteados  
Salmón al horno  
Calabacín salteado  
Yogur natural SIN AZÚCAR y \_

**MIÉRCOLES**

**28**

Crema de acelgas  
Contramuslo de pollo al horno  
Ensalada de tomate  
Naranja, mandarina o plátano y \_

**JUEVES**

**29**

Caldo casero de ave con arroz  
Limanda al horno o a la plancha  
Calabacín salteado  
Naranja, mandarina o plátano y \_

**VIERNES**

**30**

Arroz blanco salteado  
Tortilla francesa  
Ensalada de tomate  
Naranja, mandarina o plátano y \_



LUNES

MARTES

MIÉRCOLES

JUEVES

VIERNES

*Puede 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*

**LUNES**

5

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

**MARTES**

6

Macarrones con salsa de tomate  
Merluza a la bilbaína  
Ensalada de lechuga y maíz  
Yogur de sabores y Pan blanco/Pan integral

**MIÉRCOLES**

7

Judías verdes con patatas salteadas  
Lomo de cerdo salseado con zanahoria  
Fruta fresca y Pan blanco/Pan integral

**JUEVES**

8

Paella de verduras  
Contramuslo de pollo al horno o a la plancha  
Ensalada de lechuga y brotes de soja  
Yogur de sabores y Pan blanco/Pan integral

**VIERNES**

9

Crema de calabacín  
Cinta de lomo al horno o a la plancha  
Patatas dado  
Fruta fresca y Pan blanco/Pan integral

**LUNES**

12

Arroz con salsa de tomate  
Bacalao a la vizcaína  
Ensalada de lechuga y maíz  
Fruta fresca y Pan blanco/Pan integral

**MARTES**

13

Lazos 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

**SAN ISIDRO**

14

Sopa casera de cocido con pasta  
Garbanzos con patata y pollo  
-  
Fruta fresca y Pan blanco/Pan integral

**JUEVES**

15

FESTIVO

**DÍA DEL CELIACO**

16

Crema de zanahoria  
Amoncitos de pollo en salsa de verduras  
Patatas fritas  
Fruta fresca y Pan blanco/Pan integral

**LUNES**

19

Arroz con verduras  
Filete de pavo en salsa  
Ensalada de lechuga y zanahoria  
Fruta fresca y Pan blanco/Pan integral

**VA POR VOSOTROS**

20

Macarrones con salsa de tomate  
Pollo al horno o a la plancha  
Patatas fritas  
Yogur de sabores y Pan blanco/Pan integral

**MIÉRCOLES**

21

Brócoli salteado con patatas  
Merluza en salsa verde con guisantes  
-  
Fruta fresca y Pan blanco/Pan integral

**JUEVES**

22

Crema de verduras y hortalizas  
Pollo a la jardinera  
Patatas fritas  
Yogur de sabores y Pan blanco/Pan integral

**VIERNES**

23

Lentejas con zanahoria  
Pavo al horno con cebolla  
Ensalada de lechuga y tomate  
Fruta fresca y Pan blanco/Pan integral

**LUNES**

26

Menestra de verduras  
Cerdo en salsa de mostaza  
Arroz blanco  
Fruta fresca y Pan blanco/Pan integral

**MARTES**

27

Macarrones a la napolitana  
Salmón al horno con salsa de naranja  
Calabacín salteado  
Yogur de sabores y Pan blanco/Pan integral

**MIÉRCOLES**

28

Crema de calabaza y manzana  
Contramuslo de pollo al horno o al ajillo  
Ensalada de lechuga y tomate  
Fruta fresca y Pan blanco/Pan integral

**JUEVES**

29

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

**VIERNES**

30

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

LUNES

MARTES

MIÉRCOLES

JUEVES

VIERNES

*Puede 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*

**LUNES**

5

Lentejas con patatas y verduras  
Tortilla de patata y cebolla  
Ensalada de lechuga y tomate  
Fruta fresca y Pan blanco/Pan integral

**MARTES**

6

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

**MIÉRCOLES**

7

Judías verdes con patatas salteadas  
Lomo de cerdo salseado con zanahoria  
Fruta fresca y Pan blanco/Pan integral

**JUEVES**

8

Paella de verduras  
Contramuslo de pollo al horno o a la plancha  
Ensalada de lechuga y brotes de soja  
Yogur de sabores y Pan blanco/Pan integral

**VIERNES**

9

Crema de calabacín  
Albóndigas al chilindrón  
Patatas dado  
Fruta fresca y Pan blanco/Pan integral

**LUNES**

12

Arroz con salsa de tomate  
Filete de pavo en salsa  
Ensalada de lechuga y maíz  
Fruta fresca y Pan blanco/Pan integral

**MARTES**

13

Lazos al pesto sin piñones  
Tortilla francesa  
Ensalada de lechuga y tomate  
Yogur de sabores y Pan blanco/Pan integral

**SAN ISIDRO**

14

Sopa casera de cocido con pasta  
Garbanzos con patata y pollo  
-  
Fruta fresca y Pan blanco/Pan integral

**JUEVES**

15

FESTIVO

**DÍA DEL CELIACO**

16

Crema de zanahoria  
Tamborcillos de pollo en salsa de verduras  
Patatas fritas  
Fruta fresca y Pan blanco/Pan integral

**LUNES**

19

Arroz con verduras  
Filete de pavo en salsa  
Ensalada de lechuga y zanahoria  
Fruta fresca y Pan blanco/Pan integral

**VA POR VOSOTROS**

20

Macarrones con tomate y chorizo  
Hamburguesa de pollo al horno o a la plancha  
Patatas fritas  
Yogur de sabores y Pan blanco/Pan integral

**MIÉRCOLES**

21

Brócoli salteado con patatas  
Tortilla francesa  
Ensalada de lechuga y zanahoria  
Fruta fresca y Pan blanco/Pan integral

**JUEVES**

22

Crema de verduras y hortalizas  
Pollo a la jardinera  
Patatas fritas  
Yogur de sabores y Pan blanco/Pan integral

**VIERNES**

23

Lentejas con zanahoria  
Revuelto de huevo con pavo  
Ensalada de lechuga y tomate  
Fruta fresca y Pan blanco/Pan integral

**LUNES**

26

Menestra de verduras  
Cerdo en salsa de mostaza  
Arroz blanco  
Fruta fresca y Pan blanco/Pan integral

**MARTES**

27

Macarrones a la napolitana  
Filete de pavo en salsa  
Calabacín salteado  
Yogur de sabores y Pan blanco/Pan integral

**MIÉRCOLES**

28

Crema de calabaza y manzana  
Contramuslo de pollo al horno o al ajillo  
Ensalada de lechuga y tomate  
Fruta fresca y Pan blanco/Pan integral

**JUEVES**

29

Lentejas con patatas y verduras  
Cinta de lomo al horno  
Ensalada de lechuga y aceitunas  
Fruta fresca y Pan blanco/Pan integral

**VIERNES**

30

Arroz con salsa de tomate  
Tortilla francesa con york  
Ensalada de lechuga y maíz  
Fruta fresca y Pan blanco/Pan integral

LUNES

MARTES

MIÉRCOLES

JUEVES

VIERNES

*Puede 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*

**LUNES**

5

Lentejas con patatas y verduras  
Tortilla de patata y cebolla  
Ensalada de lechuga y tomate  
Fruta fresca y Pan blanco/Pan integral

**MARTES**

6

Macarrones con salsa de tomate  
Merluza a la bilbaína  
Ensalada de lechuga y maíz  
Yogur de sabores y Pan blanco/Pan integral

**MIÉRCOLES**

7

Judías verdes con patatas salteadas  
Lomo de cerdo salseado con zanahoria  
Fruta fresca y Pan blanco/Pan integral

**JUEVES**

8

Paella de verduras  
Contramuslo de pollo al horno o a la plancha  
Ensalada de lechuga y brotes de soja  
Yogur de sabores y Pan blanco/Pan integral

**VIERNES**

9

Crema de calabacín  
Albóndigas al chilindrón  
Patatas dado  
Fruta fresca y Pan blanco/Pan integral

**LUNES**

12

Arroz con salsa de tomate  
Bacalao a la vizcaína  
Ensalada de lechuga y maíz  
Fruta fresca y Pan blanco/Pan integral

**MARTES**

13

Lazos al pesto sin piñones  
Tortilla francesa  
Ensalada de lechuga y tomate  
Yogur de sabores y Pan blanco/Pan integral

**SAN ISIDRO**

14

Sopa casera de cocido con pasta  
Cocido completo  
Fruta fresca y Pan blanco/Pan integral

**JUEVES**

15

FESTIVO

**DÍA DEL CELIACO**

16

Crema de zanahoria  
Lamonicitos de pollo en salsa de verduras  
Patatas fritas  
Fruta fresca y Pan blanco/Pan integral

**LUNES**

19

Arroz con verduras  
Filete de pavo en salsa  
Ensalada de lechuga y zanahoria  
Fruta fresca y Pan blanco/Pan integral

**VA POR VOSOTROS**

20

Macarrones con tomate y chorizo  
Hamburguesa de pollo al horno o a la plancha  
Patatas fritas  
Yogur de sabores y Pan blanco/Pan integral

**MIÉRCOLES**

21

Brócoli salteado con patatas  
Merluza en salsa verde con guisantes  
Fruta fresca y Pan blanco/Pan integral

**JUEVES**

22

Crema de verduras y hortalizas  
Pollo a la jardinera  
Patatas fritas  
Yogur de sabores y Pan blanco/Pan integral

**VIERNES**

23

Lentejas con zanahoria  
Revuelto de huevo con pavo  
Ensalada de lechuga y tomate  
Fruta fresca y Pan blanco/Pan integral

**LUNES**

26

Menestra de verduras  
Cerdo en salsa de mostaza  
Arroz blanco  
Fruta fresca y Pan blanco/Pan integral

**MARTES**

27

Macarrones a la napolitana  
Salmón al horno con salsa de naranja  
Calabacín salteado  
Yogur de sabores y Pan blanco/Pan integral

**MIÉRCOLES**

28

Crema de calabaza y manzana  
Contramuslo de pollo al horno o al ajillo  
Ensalada de lechuga y tomate  
Fruta fresca y Pan blanco/Pan integral

**JUEVES**

29

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

**VIERNES**

30

Arroz con salsa de tomate  
Tortilla francesa con york  
Ensalada de lechuga y maíz  
Fruta fresca y Pan blanco/Pan integral

LUNES

MARTES

MIÉRCOLES

JUEVES

VIERNES

*Puede 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*

**LUNES**

**5**

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

**MARTES**

**6**

Macarrones con salsa de tomate  
Merluza a la bilbaína  
Ensalada de lechuga y maíz  
Yogur de sabores y Pan blanco/Pan integral

**MIÉRCOLES**

**7**

Judías verdes con patatas salteadas  
Lomo de cerdo salseado con zanahoria  
Fruta fresca y Pan blanco/Pan integral

**JUEVES**

**8**

Paella de verduras  
Contramuslo de pollo al horno o a la plancha  
Ensalada de lechuga y brotes de soja  
Yogur de sabores y Pan blanco/Pan integral

**VIERNES**

**9**

Crema de calabacín  
Cinta de lomo al horno o a la plancha  
Patatas dado  
Fruta fresca y Pan blanco/Pan integral

**LUNES**

**12**

Arroz con salsa de tomate  
Bacalao a la vizcaína  
Ensalada de lechuga y maíz  
Fruta fresca y Pan blanco/Pan integral

**MARTES**

**13**

Lazos 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

**SAN ISIDRO**

**14**

Sopa casera de cocido con pasta  
Garbanzos con patata y pollo  
Fruta fresca y Pan blanco/Pan integral

**JUEVES**

**15**

FESTIVO

**DÍA DEL CELIACO**

**16**

Crema de zanahoria  
Jamoncitos de pollo en salsa de verduras  
Patatas fritas  
Fruta fresca y Pan blanco/Pan integral

**LUNES**

**19**

Arroz con verduras  
Filete de pavo en salsa  
Ensalada de lechuga y zanahoria  
Fruta fresca y Pan blanco/Pan integral

**VA POR VOSOTROS**

**20**

Macarrones con salsa de tomate  
Pollo al horno o a la plancha  
Patatas fritas  
Yogur de sabores y Pan blanco/Pan integral

**MIÉRCOLES**

**21**

Brócoli salteado con patatas  
Merluza en salsa verde con guisantes  
Fruta fresca y Pan blanco/Pan integral

**JUEVES**

**22**

Crema de verduras y hortalizas  
Pollo a la jardinera  
Patatas fritas  
Yogur de sabores y Pan blanco/Pan integral

**VIERNES**

**23**

Lentejas con zanahoria  
Pavo al horno con cebolla  
Ensalada de lechuga y tomate  
Fruta fresca y Pan blanco/Pan integral

**LUNES**

**26**

Menestra de verduras  
Cerdo en salsa de mostaza  
Arroz blanco  
Fruta fresca y Pan blanco/Pan integral

**MARTES**

**27**

Macarrones a la napolitana  
Salmón al horno con salsa de naranja  
Calabacín salteado  
Yogur de sabores y Pan blanco/Pan integral

**MIÉRCOLES**

**28**

Crema de calabaza y manzana  
Contramuslo de pollo al horno o al ajillo  
Ensalada de lechuga y tomate  
Fruta fresca y Pan blanco/Pan integral

**JUEVES**

**29**

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

**VIERNES**

**30**

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

LUNES

MARTES

MIÉRCOLES

JUEVES

VIERNES

*Puede 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*

**LUNES**

5

Lentejas con patatas y verduras  
Tortilla de patata y cebolla  
Ensalada de lechuga y tomate  
Fruta fresca y Pan blanco/Pan integral

**MARTES**

6

Macarrones bella Aurora  
Merluza a la bilbaína  
Ensalada de lechuga y maíz  
Yogur de sabores y Pan blanco/Pan integral

**MIÉRCOLES**

7

Judías verdes con patatas salteadas  
Revuelto de huevo  
Ensalada de lechuga y maíz  
Fruta fresca y Pan blanco/Pan integral

**JUEVES**

8

Paella de verduras  
Contramuslo de pollo al horno o a la plancha  
Ensalada de lechuga y brotes de soja  
Yogur de sabores y Pan blanco/Pan integral

**VIERNES**

9

Crema de calabacín  
Filete de ternera con salsa de tomate  
Patatas dado  
Fruta fresca y Pan blanco/Pan integral

**LUNES**

12

Arroz con salsa de tomate  
Bacalao rebozado  
Ensalada de lechuga y maíz  
Fruta fresca y Pan blanco/Pan integral

**MARTES**

13

Lazos al pesto  
Tortilla francesa  
Ensalada de lechuga y tomate  
Yogur de sabores y Pan blanco/Pan integral

**SAN ISIDRO**

14

Sopa casera de ave con fideos  
Garbanzos con patata y pollo  
Barquillos de San Isidro y Pan blanco/Pan integral

**JUEVES**

15

FESTIVO

**DÍA DEL CELIACO**

16

Crema de zanahoria  
Amoncitos de pollo en salsa de verduras  
Patatas fritas  
Fruta fresca y Pan blanco/Pan integral

**LUNES**

19

Arroz a banda  
Filete de pavo en salsa  
Ensalada de lechuga y zanahoria  
Fruta fresca y Pan blanco/Pan integral

**VA POR VOSOTROS**

20

Macarrones con salsa de tomate  
Hamburguesa de pollo al horno o a la plancha  
Patatas fritas  
Helado de vainilla y Pan blanco/Pan integral

**MIÉRCOLES**

21

Brócoli salteado con patatas  
Merluza en salsa verde con guisantes  
Fruta fresca y Pan blanco/Pan integral

**JUEVES**

22

Crema de verduras y hortalizas  
Pollo a la jardinera  
Patatas fritas  
Yogur de sabores y Pan blanco/Pan integral

**VIERNES**

23

Lentejas con zanahoria  
Revuelto de huevo con pavo  
Ensalada de lechuga y tomate  
Fruta fresca y Pan blanco/Pan integral

**LUNES**

26

Menestra de verduras  
Revuelto de huevo  
Arroz blanco  
Fruta fresca y Pan blanco/Pan integral

**MARTES**

27

Macarrones a la napolitana  
Salmón al horno con salsa de naranja  
Calabacín salteado  
Yogur de sabores y Pan blanco/Pan integral

**MIÉRCOLES**

28

Crema de calabaza y manzana  
Contramuslo de pollo al horno o al ajillo  
Ensalada de lechuga y tomate  
Fruta fresca y Pan blanco/Pan integral

**JUEVES**

29

Lentejas con patatas y verduras  
Rabas de calamar rebozadas  
Ensalada de lechuga y aceitunas  
Fruta fresca y Pan blanco/Pan integral

**VIERNES**

30

Arroz con salsa de tomate  
Tortilla francesa  
Ensalada de lechuga y maíz  
Fruta fresca y Pan blanco/Pan integral

LUNES

MARTES

MIÉRCOLES

JUEVES

VIERNES

*Puede 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*

**LUNES**

5

Coliflor al ajoarriero  
Pechuga de pavo al horno o a la plancha  
Ensalada de lechuga y tomate  
Fruta fresca y Pan sin gluten

**MARTES**

6

Macarrones sin gluten con salsa de tomate  
Merluza a la bilbaína  
Ensalada de lechuga y maíz  
Yogur de sabores y Pan sin gluten

**MIÉRCOLES**

7

Judías verdes con patatas salteadas  
Lomo de cerdo salseado con zanahoria  
Fruta fresca y Pan sin gluten

**JUEVES**

8

Paella de verduras  
Contramuslo de pollo al horno o a la plancha  
Ensalada de lechuga y brotes de soja  
Yogur de sabores y Pan sin gluten

**VIERNES**

9

Crema de calabacín  
Cinta de lomo al horno o a la plancha  
Patatas dado  
Fruta fresca y Pan sin gluten

**LUNES**

12

Arroz con salsa de tomate  
Bacalao a la vizcaína  
Ensalada de lechuga y maíz  
Fruta fresca y Pan sin gluten

**MARTES**

13

Lazos sin gluten 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

**SAN ISIDRO**

14

Sopa casera de cocido con pasta sin gluten  
Garbanzos con patata y pollo  
-  
Fruta fresca y Pan sin gluten

**JUEVES**

15

FESTIVO

**DÍA DEL CELIACO**

16

Crema de zanahoria  
Amorricitos de pollo en salsa de verduras  
Patatas fritas  
Fruta fresca y Pan sin gluten

**LUNES**

19

Arroz con verduras  
Filete de pavo en salsa  
Ensalada de lechuga y zanahoria  
Fruta fresca y Pan sin gluten

**VA POR VOSOTROS**

20

Macarrones sin gluten con salsa de tomate  
Pollo al horno o a la plancha  
Patatas fritas  
Yogur de sabores y Pan sin gluten

**MIÉRCOLES**

21

Brócoli salteado con patatas  
Merluza en salsa verde con guisantes  
-  
Fruta fresca y Pan sin gluten

**JUEVES**

22

Crema de verduras y hortalizas  
Pollo a la jardinera  
Patatas fritas  
Yogur de sabores y Pan sin gluten

**VIERNES**

23

Sopa casera de ave con fideos sin gluten  
Pavo al horno con cebolla  
Ensalada de lechuga y tomate  
Fruta fresca y Pan sin gluten

**LUNES**

26

Menestra de verduras  
Cerdo en salsa de mostaza  
Arroz blanco  
Fruta fresca y Pan sin gluten

**MARTES**

27

Macarrones sin gluten a la napolitana  
Salmón al horno  
Calabacín salteado  
Yogur de sabores y Pan sin gluten

**MIÉRCOLES**

28

Crema de calabaza y manzana  
Contramuslo de pollo al horno o al ajillo  
Ensalada de lechuga y tomate  
Fruta fresca y Pan sin gluten

**JUEVES**

29

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

**VIERNES**

30

Arroz con salsa de tomate  
Pechuga de pavo al horno o a la plancha  
Ensalada de lechuga y maíz  
Fruta fresca y Pan sin gluten

LUNES

MARTES

MIÉRCOLES

JUEVES

VIERNES

*Puede 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*

**LUNES**

5

Lentejas estofadas con verduras (sin tomate)  
Tortilla de patata y cebolla  
Ensalada de lechuga y zanahoria  
Fruta fresca y Pan blanco/Pan integral

**MARTES**

6

Macarrones con verduras (sin tomate)  
Merluza a la bilbaína  
Ensalada de lechuga y maíz  
Yogur de sabores y Pan blanco/Pan integral

**MIÉRCOLES**

7

Judías verdes con patatas salteadas  
Lomo de cerdo sa seado con zanahoria  
Fruta fresca y Pan blanco/Pan integral

**JUEVES**

8

Arroz con verduras sin tomate  
Contramuslo de pollo al horno o a la plancha  
Ensalada de lechuga y brotes de soja  
Yogur de sabores y Pan blanco/Pan integral

**VIERNES**

9

Crema de calabacín  
Albóndigas al horno  
Patatas dado  
Fruta fresca y Pan blanco/Pan integral

**LUNES**

12

Arroz blanco salteado  
Bacalao rebozado  
Ensalada de lechuga y maíz  
Fruta fresca y Pan blanco/Pan integral

**MARTES**

13

Lazos en blanco salteados  
Tortilla francesa  
Ensalada de lechuga y zanahoria  
Yogur de sabores y Pan blanco/Pan integral

**SAN ISIDRO**

14

Sopa de cocido  
Cocido completo (garbanzos, zanahoria, pollo)  
-  
Barquillos de San Isidro y Pan blanco/Pan integral

**JUEVES**

15

FESTIVO

**DÍA DEL CELIACO**

16

Crema de zanahoria  
Jamoncitos de pollo en salsa de verduras (sin tomate)  
Patatas fritas  
Fruta fresca y Pan blanco/Pan integral

**LUNES**

19

Arroz con verduras (sin tomate)  
Flamenquines  
Ensalada de lechuga y zanahoria  
Fruta fresca y Pan blanco/Pan integral

**VA POR VOSOTROS**

20

Macarrones con verduras sin tomate  
Hamburguesa de pollo al horno o a la plancha  
Patatas fritas  
Helado de vainilla y Pan blanco/Pan integral

**MIÉRCOLES**

21

Brócoli salteado con patatas  
Merluza en salsa verde con guisantes  
-  
Fruta fresca y Pan blanco/Pan integral

**JUEVES**

22

Crema de verduras y hortalizas  
Filete de pollo en salsa sin tomate  
Patatas fritas  
Yogur de sabores y Pan blanco/Pan integral

**VIERNES**

23

Lentejas con zanahoria (sin tomate)  
Revuelto de huevo con pavo  
Ensalada de lechuga y zanahoria  
Fruta fresca y Pan blanco/Pan integral

**LUNES**

26

Guisantes rehogados con cebolla  
Cerdo en salsa de mostaza  
Arroz blanco  
Fruta fresca y Pan blanco/Pan integral

**MARTES**

27

Macarrones en blanco salteados  
Salmón al horno con salsa de naranja  
Calabacín salteado  
Yogur de sabores y Pan blanco/Pan integral

**MIÉRCOLES**

28

Crema de calabaza y manzana  
Contramuslo de pollo al horno o al ajillo  
Ensalada de lechuga y zanahoria  
Fruta fresca y Pan blanco/Pan integral

**JUEVES**

29

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

**VIERNES**

30

Arroz blanco salteado  
Tortilla francesa con york  
Ensalada de lechuga y maíz  
Fruta fresca y Pan blanco/Pan integral

LUNES

MARTES

MIÉRCOLES

JUEVES

VIERNES

Puede 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

**LUNES**

5

Lentejas con patatas y verduras  
Tortilla francesa (30gr)  
Ensalada de lechuga y tomate  
Fruta fresca y Pan blanco/Pan integral

**MARTES**

6

Macarrones con salsa de tomate  
Merluza a la bilbaina (30g)  
Ensalada de lechuga y maíz  
Yogur de sabores y Pan blanco/Pan integral

**MIÉRCOLES**

7

Judías verdes con patatas salteadas  
Lomo de cerdo salseado con zanahoria 30g  
Fruta fresca y Pan blanco/Pan integral

**JUEVES**

8

Paella de verduritas  
Contramuslo de pollo al horno o a la plancha (30gr)  
Ensalada de lechuga y brotes de soja  
Yogur de sabores y Pan blanco/Pan integral

**VIERNES**

9

Crema de calabacín  
Cinta de lomo al horno o a la plancha (30g)  
Patatas cocidas  
Fruta fresca y Pan blanco/Pan integral

**LUNES**

12

Arroz blanco salteado  
Bacalao a la vizcaina (30gr)  
Ensalada de lechuga y maíz  
Fruta fresca y Pan blanco/Pan integral

**MARTES**

13

Lazos con salsa de tomate  
Tortilla francesa (30gr)  
Ensalada de lechuga y tomate  
Yogur de sabores y Pan blanco/Pan integral

**SAN ISIDRO**

14

Sopa casera de ave con fideos  
Garbanzos con verduras  
Fruta fresca y Pan blanco/Pan integral

**JUEVES**

15

FESTIVO

**DÍA DEL CELIACO**

16

Crema de zanahoria  
Jamoncitos de pollo al horno (30g)  
Patatas cocidas  
Fruta fresca y Pan blanco/Pan integral

**LUNES**

19

Arroz con verduras  
Filete de pavo en salsa (30gr)  
Ensalada de lechuga y zanahoria  
Fruta fresca y Pan blanco/Pan integral

**VA POR VOSOTROS**

20

Macarrones con salsa de tomate  
Pollo al horno o a la plancha (30g)  
Patatas cocidas  
Yogur de sabores y Pan blanco/Pan integral

**MIÉRCOLES**

21

Brócoli salteado con patatas  
Merluza al horno o a la plancha (30gr)  
Ensalada de lechuga y zanahoria  
Fruta fresca y Pan blanco/Pan integral

**JUEVES**

22

Crema de verduras y hortalizas  
Pollo a la jardinera (30g)  
Patatas cocidas  
Yogur de sabores y Pan blanco/Pan integral

**VIERNES**

23

Lentejas con zanahoria  
Revuelto de huevo (30gr)  
Ensalada de lechuga y tomate  
Fruta fresca y Pan blanco/Pan integral

**LUNES**

26

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

**MARTES**

27

Macarrones con salsa de tomate  
Salmón al horno (30gr)  
Calabacín salteado  
Yogur de sabores y Pan blanco/Pan integral

**MIÉRCOLES**

28

Crema de calabaza y manzana  
Contramuslo de pollo al horno o al ajillo (30gr)  
Ensalada de lechuga y tomate  
Fruta fresca y Pan blanco/Pan integral

**JUEVES**

29

Lentejas con patatas y verduras  
Ensalada de lechuga y zanahoria  
Fruta fresca y Pan blanco/Pan integral

**VIERNES**

30

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



LUNES

MAYO 2025

MARTES

MIÉRCOLES

JUEVES

VIERNES

*Puede 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*

**LUNES**

Lentejas con patatas y verduras(100 g. +32 g. de patata cocida) 2R  
Tortilla de patata y cebolla patata horno 70 gr 2R  
Ensalada de lechuga y aceitunas  
Fruta fresca (1R) y Pan blanco (20g) 1 R

**MARTES**

Macarrones 135 gr 3 R con salsa de tomate  
  
Merluza a la bilbaina  
Ensalada de lechuga y maíz  
Yogur desnatado 1R y Pan blanco (40g) 2R

**MIÉRCOLES**

Judías verdes salteadas (250gr) 1R + 65g patata 1R  
  
Lomo de cerdo salseado con zanahoria  
  
Fruta fresca (2R) y Pan blanco (40g) 2R

**JUEVES**

Paella de verduras(arroz cocido 114gr) 3 R  
  
Contramuslo de pollo al horno o a la plancha  
Ensalada de lechuga y brotes de soja r desnatado ( 125 gr) 0,5R y Pan blanco (50g)

**VIERNES**

Crema de calabacín (calabacín 100g + patata cocida 98g) (2R)  
  
Albóndigas en salsa con verduras  
Patatas dado 30 gr 1 R  
Fruta fresca (2R) y Pan blanco (20g) 1R

**LUNES**

Arroz con salsa de tomate r arroz 2 R  
  
Bacalao a la vizcaína  
Ensalada de lechuga y maíz  
Fruta fresca (2R) y Pan blanco (40g) 2 R

**MARTES**

Lazos 135 gr 3 R con salsa de tomate  
  
Tortilla francesa  
Ensalada de lechuga y tomate  
Yogur desnatado ( 250 gr) 1R y Pan blanco (40g)

**SAN ISIDRO**

Sopa de cocido 90 gr fideos 2 R  
Garbanzos con patata y pollo garbanzos55g+pat.cocida65g. 2R  
  
Fruta fresca (1R) y Pan blanco (20g) 1 R

**JUEVES**

FESTIVO

**DÍA DEL CELIACO**

Crema de zanahoria(zanahoria 140g + patata cocida 65g) (2R)  
Pomocitos de pollo en salsa de verduras  
Patatas cocidas 65gr 1R  
Fruta fresca (2R) y Pan blanco (20g) 1R

**LUNES**

Arroz a banda 76 gr arroz 2 R  
  
Filete de pavo en salsa  
Ensalada de lechuga y zanahoria  
Fruta fresca (1R) y Pan blanco (60g) 3R

**VA POR VOSOTROS**

Macarrones 135 gr 3 R con salsa de tomate  
  
Pollo al horno o a la plancha  
Patatas fritas 30 gr 1 R  
Yogur desnatado ( 125 gr) 0,5R y Pan blanco (30g)

**MIÉRCOLES**

Brócoli salteado con patatas (2R)  
  
Merluza en salsa verde con guisantes  
  
Fruta fresca (2R) y Pan blanco (40g) 2 R

**JUEVES**

Crema de verduras y hortalizas 140g + patata cocida 65g) (2R)  
  
Pollo a la jardinera  
Patatas fritas 30 gr 1 R  
Yogur desnatado ( 125 gr) 0,5R y Pan blanco (50g)

**VIERNES**

Lentejas con patatas y zanahoria (100 g. +64 g. de patata cocida) 3R  
  
Revuelto de huevo  
Ensalada de lechuga y tomate  
Fruta fresca (1R) y Pan blanco (40g) 2 R

**LUNES**

Menestra de verduras salteada zanahoria 140g + patata cocida 65g) (2R)  
  
Cerdo al horno o a la plancha  
Arroz blanco 1R  
Fruta fresca (1R) y Pan blanco (40g) 2 R

**MARTES**

Macarrones 135 gr 3 R con salsa de tomate  
  
Salmón al horno  
Calabacín salteado  
Yogur desnatado ( 250 gr)1 R y Pan blanco (40g) 2 R

**MIÉRCOLES**

Crema de calabaza y manzana (calabaza 100g + patata cocida 98g) (2R)  
Contramuslo de pollo al horno o al ajillo  
Ensalada de lechuga y tomate  
Fruta fresca (1R) y Pan blanco (60g) 3R

**JUEVES**

Lentejas con patatas y verduras(100 g. +64 g. de patata cocida) 3R  
  
Limanda al horno o a la plancha  
Ensalada de lechuga y aceitunas  
Fruta fresca (1R) y Pan blanco (40g) 2 R

**VIERNES**

Arroz con salsa de tomate114 3R  
  
Tortilla francesa  
Ensalada de lechuga y maíz  
Fruta fresca (1R) y Pan blanco (40g) 2 R

LUNES

MARTES

MIÉRCOLES

JUEVES

VIERNES

*Puede 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*

**LUNES**

5

Lentejas con patatas y verduras  
Tortilla francesa  
Ensalada de lechuga y tomate  
Fruta fresca y Pan blanco/Pan integral

**MARTES**

6

Macarrones con salsa de tomate  
Merluza a la bilbaína  
Ensalada de lechuga y maíz  
Yogur desnatado y Pan blanco/Pan integral

**MIÉRCOLES**

7

Judías verdes con patatas salteadas  
Lomo de cerdo salseado con zanahoria  
Fruta fresca y Pan blanco/Pan integral

**JUEVES**

8

Paella de verduras  
Contramuslo de pollo al horno o a la plancha  
Ensalada de lechuga y brotes de soja  
Yogur desnatado y Pan blanco/Pan integral

**VIERNES**

9

Crema de calabacín  
Albóndigas en salsa con verduras  
Patatas cocidas  
Fruta fresca y Pan blanco/Pan integral

**LUNES**

12

Arroz con salsa de tomate  
Bacalao a la vizcaína  
Ensalada de lechuga y maíz  
Fruta fresca y Pan blanco/Pan integral

**MARTES**

13

Lazos con salsa de tomate  
Tortilla francesa  
Ensalada de lechuga y tomate  
Yogur desnatado y Pan blanco/Pan integral

**SAN ISIDRO**

14

Sopa de cocido  
Garbanzos con patata y pollo  
-  
Fruta fresca y Pan blanco/Pan integral

**JUEVES**

15

FESTIVO

**DÍA DEL CELIACO**

16

Crema de zanahoria  
Jamoncitos de pollo al horno  
Patatas cocidas  
Fruta fresca y Pan blanco/Pan integral

**LUNES**

19

Arroz con verduras  
Filete de pavo en salsa  
Ensalada de lechuga y zanahoria  
Fruta fresca y Pan blanco/Pan integral

**VA POR VOSOTROS**

20

Macarrones con salsa de tomate  
Pollo al horno o a la plancha  
Patatas cocidas  
Yogur desnatado y Pan blanco/Pan integral

**MIÉRCOLES**

21

Brócoli salteado con patatas  
Merluza en salsa verde con guisantes  
-  
Fruta fresca y Pan blanco/Pan integral

**JUEVES**

22

Crema de verduras y hortalizas  
Pollo a la jardinera  
Patatas cocidas  
Yogur desnatado y Pan blanco/Pan integral

**VIERNES**

23

Lentejas con zanahoria  
Revuelto de huevo  
Ensalada de lechuga y tomate  
Fruta fresca y Pan blanco/Pan integral

**LUNES**

26

Menestra de verduras  
Cerdo al horno o a la plancha  
Arroz blanco  
Fruta fresca y Pan blanco/Pan integral

**MARTES**

27

Macarrones a la napolitana  
Salmón al horno  
Calabacín salteado  
Yogur desnatado y Pan blanco/Pan integral

**MIÉRCOLES**

28

Crema de calabaza y manzana  
Contramuslo de pollo al horno o al ajillo  
Ensalada de lechuga y tomate  
Fruta fresca y Pan blanco/Pan integral

**JUEVES**

29

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

**VIERNES**

30

Arroz con salsa de tomate  
Tortilla francesa  
Ensalada de lechuga y maíz  
Fruta fresca y Pan blanco/Pan integral