

¡Te damos la bienvenida a nuestro comedor escolar seguro!

Comienza con un buen **DESAYUNO**



Pan, cereales o derivados



Leche o derivados



Fruta fresca y hortalizas



Si hemos comido:	Podemos cenar:
Cereales, féculas o legumbres	Hortalizas crudas o legumbres cocidas
Verduras	Cereales o féculas
Carne	Pescado o huevo
Pescado	Carne magra o huevo
Huevo	Pescado o carne magra
Fruta	Lácteos o fruta
Lácteos	Fruta

LOS GUARDIANES DE LA SALUD



1 Estamos preparados para garantizar la Seguridad de los niños y niñas en el aula-comedor.

2

Desarrollamos e implantamos nuestros Protocolos de Seguridad y Prevención, verificados por Bureau Veritas Certification.



3

El bienestar de todas las familias es nuestra prioridad.

Notas:

[Empty dashed box for notes]

Empresa adherida al PLAN de colaboración para la mejora de la composición de los alimentos y bebidas y otras medidas 2020
En caso de alergias o intolerancias procurar mantener una buena alimentación sustituyendo los alimentos no tolerados por otros dentro de la misma familia.

Nuestra empresa somete a congelación el pescado que vaya a ser consumido crudo o poco hecho, según establece el RD 1420/2006. Según lo establecido en el RE 1169/2011, la cocina dispone de información sobre el contenido en alérgenos de los menús elaborados.



LUNES

MARTES

MIÉRCOLES

JUEVES

VIERNES



11

LENTEJAS Y PUERRO FRITO CON BALSÁMICO
EMPANADO DE PAVO Y QUESO
ZANAHORIA RALLADA, ACEITUNAS VERDES Y
MAÍZ
FRUTA

12

MACARRONES (ECOLÓGICO) CON PISTO
REVUELTO DE BACALAO CON PATATAS
ENSALADA DE LECHUGA, ZANAHORIA Y
TOMATE
FRUTA

13

JUDÍAS VERDES CON CHISTORRA
POLLO AL CHILINDRÓN
PATATAS VAPOR
FRUTA

14

CREMA DE CALABAZA, ROMERO Y NARANJA
TERNERA ASADA CON SHITAKES
PATATA ASADA
FRUTA

15

ARROZ EN PAELLA CON MAGRO Y POLLO
PALOMETA EN SALSA DE PISTO
YOGUR

18

WOK DE BROCOLI Y SOJA
POLLO AL HORNO CON BRESA DE CEBOLLA
Y PIMIENTO
TOMATE NATURAL EN RODAJAS
FRUTA

19

ALUBIAS BLANCAS CON VERDURAS CON
SALSA DE AZAFRÁN
TORTILLA DE PATATA Y JAMÓN YORK
LECHUGA Y ZANAHORIA RALLADA
FRUTA

20

ARROZ AL ESTILO DE LA ABUELA
FILETE DE MERLUZA A LA MARINERA
ENSALADA DE LECHUGA, REMOLACHA,
ACEITUNAS Y MAÍZ
YOGUR

21

SOPA DE COCIDO CON FIDEO (ECOLÓGICO)
COCIDO COMPLETO CON GARBANZOS,
MORCILLO, CHORIZO, POLLO, PATATA Y
REPOLLO
FRUTA

22

CREMA DE MAÍZ, ZANAHORIA, PUERRO Y
PATATA
SALMON EN COSTRA DE PATATA CRUJIENTE Y
TOMATE
LECHUGA, TOMATE Y OLIVAS
FRUTA

25

LAZOS CON SALSA DE CHAMPIÑONES
MERLUZA EN SALSA VERDE
GUISANTES Y ESPÁRRAGOS
FRUTA

26

BONIATO (ECOLÓGICO) ASADO EN PURE CON
ACEITE DE ALBAHACA
ALBÓNDIGAS A LA NAPOLITANA
PATATA GAJO
FRUTA

27

LENTEJAS GUIADAS CON ZANAHORIA
TORTILLA DE CALABACÍN
LECHUGA Y ZANAHORIA RALLADA
FRUTA

28

ARROZ GRATINDO CON VERDURAS
FILETE DE ABADEJO A LA ROMANA
ENSALADA VERDE
FRUTA

29

JORNADA DE LA INDIA
CHANA MASALA CON ARROZ BASMATI
POLLO TANDOORI
CALABACÍN AL ESTILO HINDÚ
YOGUR



LUNES

MARTES

MIÉRCOLES

JUEVES

VIERNES



11 862 Kcal. P.: 11 HC.: 41 L.: 43 G.: 6

LENTEJAS Y PUERRO FRITO CON BALSÁMICO
STEWED LENTILS WITH LEEKS
EMPANADO DE PAVO Y QUESO
BREADED TURKEY AND CHEESE
ZANAHORIA RALLADA, ACEITUNAS VERDES Y MAÍZ
GRATED CARROT, OLIVES AND SWEETCORN

FRUTA
FRUIT

12 692 Kcal. P.: 15 HC.: 48 L.: 34 G.: 6

MACARRONES (ECOLÓGICO) CON PISTO
PASTA (ECOLOGICAL) WITH PISTO
REVUELTO DE BACALAO CON PATATAS
COD SCRAMBLED WITH POTATOES
ENSALADA DE LECHUGA, ZANAHORIA Y TOMATE
LETTUCE, TOMATO AND CARROT SALAD

FRUTA
FRUIT

13 717 Kcal. P.: 24 HC.: 31 L.: 43 G.: 11

JUDÍAS VERDES CON CHISTORRA
GREEN BEANS WITH CHISTORRA
POLLO AL CHILINDRÓN
CHICKEN IN TOMATO AND RED PEPPER SAUCE
PATATAS VAPOR
STEAMED POTATOES

FRUTA
FRUIT

14 609 Kcal. P.: 23 HC.: 43 L.: 30 G.: 6

CREMA DE CALABAZA, ROMERO Y NARANJA
PUMPKIN CREAM WITH ROSEMARY AND ORANGE
TERNERA ASADA CON SHITAKES
GRILLED TERNERA WITH SHITAKES
PATATA ASADA
ROAST POTATOES

FRUTA
FRUIT

15 676 Kcal. P.: 22 HC.: 45 L.: 31 G.: 7

ARROZ EN PAELLA CON MAGRO Y POLLO
PAELLA WITH PORK LOIN AND CHICKEN
PALOMETA EN SALSA DE PISTO
PALOMETTE IN PISTO SAUCE
YOGUR
YOGHURT

18 721 Kcal. P.: 28 HC.: 23 L.: 47 G.: 12

WOK DE BROCOLI Y SOJA
BROCCOLI AND SOY WOK
POLLO AL HORNO CON BRESA DE CEBOLLA Y
PIMIENTO
BAKED CHICKEN WITH ONION AND PEPPER
TOMATE NATURAL EN RODAJAS
FRESH TOMATO SLICES

FRUTA
FRUIT

19 706 Kcal. P.: 17 HC.: 38 L.: 39 G.: 7

ALUBIAS BLANCAS CON VERDURAS CON SALSA DE
AZAFRÁN
WHITE BEANS WITH VEGETABLES WITH SAFFRON SAUCE
TORTILLA DE PATATA Y JAMÓN YORK
POTATO AND HAM OMELETTE
LECHUGA Y ZANAHORIA RALLADA
LETTUCE AND SHREDDED CARROT

FRUTA
FRUIT

20 662 Kcal. P.: 19 HC.: 49 L.: 31 G.: 7

ARROZ AL ESTILO DE LA ABUELA
RICE TO GRANDMA'S STYLE
FILETE DE MERLUZA A LA MARINERA
MARINERA STYLE HAKE FILLET
ENSALADA DE LECHUGA, REMOLACHA, ACEITUNAS Y
MAÍZ
LETTUCE, BEETROOT, OLIVES AND SWEETCORN SALAD
YOGUR
YOGHURT

YOGUR
YOGHURT

21 761 Kcal. P.: 19 HC.: 53 L.: 24 G.: 6

SOPA DE COCIDO CON FIDEO (ECOLÓGICO)
TRADITIONAL SPANISH 'COCIDO' STEW SOUP WITH
PASTA (ECOLOGICAL)
COCIDO COMPLETO CON GARBANZOS,
MORCILLO, CHORIZO, POLLO, PATATA Y REPOLLO
CHICKPEAS, MEAT, CHICKEN, POTATO & CABBAGE
STEW
FRUTA
FRUIT

FRUTA
FRUIT

22 794 Kcal. P.: 17 HC.: 35 L.: 45 G.: 7

CREMA DE MAÍZ, ZANAHORIA, PUERRO Y PATATA
CORN, CARROT, PUERRO AND POTATO CREAM
SALMON EN COSTRAS DE PATATA CRUJIENTE Y
TOMATE
SALMON IN CRISPY POTATO AND TOMATO CRUST
LECHUGA, TOMATE Y OLIVAS
LETTUCE, TOMATO AND OLIVES
FRUTA
FRUIT

FRUTA
FRUIT

25 598 Kcal. P.: 19 HC.: 55 L.: 23 G.: 4

LAZOS CON SALSA DE CHAMPIÑONES
PASTA WITH MUSHROOM SAUCE
MERLUZA EN SALSA VERDE
HAKE IN GREEN SAUCE
GUISANTES Y ESPÁRRAGOS
PEAS AND ASPARAGUS

FRUTA
FRUIT

26 718 Kcal. P.: 13 HC.: 39 L.: 45 G.: 13

BONIATO (ECOLÓGICO) ASADO EN PURE CON ACEITE
DE ALBAHACA
ROASTED BONIATO (ECOLOGICAL) IN PURÉE WITH
BASIL OIL
ALBÓNDIGAS A LA NAPOLITANA
MEATBALLS TO "NAPOLITAN"

PATATA GAJO
POTATOES
FRUTA
FRUIT

27 614 Kcal. P.: 18 HC.: 42 L.: 34 G.: 6

LENTEJAS GUIADAS CON ZANAHORIA
LENTIL AND CARROT STEW
TORTILLA DE CALABACÍN (ECOLÓGICO), IN PURÉE WITH
BASIL OIL
COURGETTE OMELETTE
LECHUGA Y ZANAHORIA RALLADA
LETTUCE AND SHREDDED CARROT

FRUTA
FRUIT

28 743 Kcal. P.: 16 HC.: 51 L.: 31 G.: 5

ARROZ GRATINDO CON VERDURAS
GRILLED RICE WITH VEGETABLES
FILETE DE CALABACÍN A LA ROMANA
BATTERED FISH FILLET
ENSALADA VERDE
GREEN SALAD

FRUTA
FRUIT

29 940 Kcal. P.: 26 HC.: 27 L.: 45 G.: 13

JORNADA DE LA INDIA
CHANA MASALA CON ARROZ BASMATI
CHANA MASALA WITH BASMATI RICE
POLLO TANDOORI
TANDOORI CHICKEN
CALABACÍN AL ESTILO HINDÚ
INDIAN-STYLE ZUCCHINI
YOGUR
YOGHURT

YOGUR
YOGHURT



LUNES

MARTES

MIÉRCOLES

JUEVES

VIERNES



11

LENTEJAS Y PUERRO FRITO CON BALSÁMICO
CROQUETAS DE QUESO
ZANAHORIA RALLADA, ACEITUNAS VERDES Y MAÍZ
FRUTA

12

MACARRONES (ECOLÓGICO) CON PISTO
REVUELTO DE PATATAS
ENSALADA DE LECHUGA, ZANAHORIA Y TOMATE
FRUTA

13

JUDÍAS VERDES CON TOMATE
HAMBURGUESA VEGETAL
PATATAS VAPOR
FRUTA

14

CREMA DE CALABAZA, ROMERO Y NARANJA
TORTILLA DE QUESO
PATATA ASADA
FRUTA

15

ARROZ CON VERDURAS
GUISANTES ENCEBOLLADOS
YOGUR

18

WOK DE BROCOLI Y SOJA
GARBANZOS CON SALSA DE TOMATE
TOMATE NATURAL EN RODAJAS
FRUTA

19

ALUBIAS BLANCAS CON VERDURAS CON SALSA DE AZAFRÁN
TORTILLA DE PATATAS
LECHUGA Y ZANAHORIA RALLADA
FRUTA

20

ARROZ AL ESTILO DE LA ABUELA
ESPINACAS A LA CREMA
ENSALADA DE LECHUGA, REMOLACHA, ACEITUNAS Y MAÍZ
YOGUR

21

SOPA DE VERDURAS CON PASTA
GARBANZOS CON VERDURAS
FRUTA

22

CREMA DE MAÍZ, ZANAHORIA, PUERRO Y PATATA
REVUELTO DE CHAMPIÑÓN
LECHUGA, TOMATE Y OLIVAS
FRUTA

25

LAZOS CON SALSA DE CHAMPIÑONES
TEMPURA DE VERDURAS
GUISANTES Y ESPÁRRAGOS
FRUTA

26

BONIATO (ECOLÓGICO) ASADO EN PURE CON ACEITE DE ALBAHACA
HAMBURGUESA VEGETAL
PATATA GAJO
FRUTA

27

LENTEJAS GUIADAS CON ZANAHORIA
TORTILLA DE CALABACÍN
LECHUGA Y ZANAHORIA RALLADA
FRUTA

28

ARROZ GRATINDO CON VERDURAS
GUISANTES REHOGADOS
ENSALADA VERDE
FRUTA

29

JORNADA DE LA INDIA
GARBANZOS CON ARROZ Y VERDURAS (PIMIENTO, ZANAHORIA Y PATATA)
HUEVOS CON TOMATE
CALABACÍN AL ESTILO HINDÚ
YOGUR



LUNES

MARTES

MIÉRCOLES

JUEVES

VIERNES



11

LENTEJAS Y PUERRO FRITO CON BALSÁMICO
TIRAS DE POLLO FRITAS CON MAIZENA
ZANAHORIA RALLADA, ACEITUNAS VERDES Y MAÍZ
FRUTA

12

MACARRONES (ECOLÓGICO) CON PISTO
REVUELTO DE BACALAO CON PATATAS
ENSALADA DE LECHUGA, ZANAHORIA Y TOMATE
FRUTA

13

JUDÍAS VERDES CON CHISTORRA
POLLO AL CHILINDRÓN
PATATAS VAPOR
FRUTA

14

CREMA DE CALABAZA, ROMERO Y NARANJA
TERNERA ASADA CON SHITAKES
PATATA ASADA
FRUTA

15

ARROZ EN PAELLA CON MAGRO Y POLLO
PALOMETA EN SALSA DE PISTO
YOGUR DE SOJA

18

WOK DE BROCOLI Y SOJA
POLLO AL HORNO CON BRESA DE CEBOLLA Y PIMIENTO
TOMATE NATURAL EN RODAJAS
FRUTA

19

ALUBIAS BLANCAS CON VERDURAS CON SALSA DE AZAFRÁN
TORTILLA DE PATATA Y JAMÓN YORK
LECHUGA Y ZANAHORIA RALLADA
FRUTA

20

ARROZ AL ESTILO DE LA ABUELA
FILETE DE MERLUZA A LA MARINERA
ENSALADA DE LECHUGA, REMOLACHA, ACEITUNAS Y MAÍZ
YOGUR DE SOJA

21

SOPA DE COCIDO CON FIDEO (ECOLÓGICO)
COCIDO COMPLETO CON GARBANZOS, MORCILLO, CHORIZO, POLLO, PATATA Y REPOLLO
FRUTA

22

CREMA DE MAÍZ, ZANAHORIA, PUERRO Y PATATA
SALMON EN COSTRA DE PATATA CRUJIENTE Y TOMATE
LECHUGA, TOMATE Y OLIVAS
FRUTA

25

LAZOS CON TOMATE
MERLUZA EN SALSA VERDE
GUISANTES Y ESPÁRRAGOS
FRUTA

26

BONIATO (ECOLÓGICO) ASADO EN PURE CON ACEITE DE ALBAHACA
TERNERA EN SALSA
PATATA GAJO
FRUTA

27

LENTEJAS GUIADAS CON ZANAHORIA
TORTILLA DE CALABACÍN
LECHUGA Y ZANAHORIA RALLADA
FRUTA

28

ARROZ CON VERDURAS
FILETE DE ABADEJO A LA ROMANA
ENSALADA VERDE
FRUTA

29

JORNADA DE LA INDIA
CHANA MASALA CON ARROZ BASMATI
POLLO ASADO
CALABACÍN AL ESTILO HINDÚ
YOGUR DE SOJA



LUNES

MARTES

MIÉRCOLES

JUEVES

VIERNES



11

LENTEJAS Y PUERRO FRITO CON BALSÁMICO
EMPANADO DE PAVO Y QUESO
ZANAHORIA RALLADA, ACEITUNAS VERDES Y MAÍZ
FRUTA

12

MACARRONES (ECOLÓGICO) CON PISTO
REVUELTO DE PATATAS
ENSALADA DE LECHUGA, ZANAHORIA Y TOMATE
FRUTA

13

JUDÍAS VERDES CON CHISTORRA
POLLO AL CHILINDRÓN
PATATAS VAPOR
FRUTA

14

CREMA DE CALABAZA, ROMERO Y NARANJA
TERNERA ASADA CON SHITAKES
PATATA ASADA
FRUTA

15

ARROZ EN PAELLA CON MAGRO Y POLLO
BISTEC DE MAGRA FINAS HIERBAS
YOGUR

18

WOK DE BROCOLI Y SOJA
POLLO AL HORNO CON BRESA DE CEBOLLA Y PIMIENTO
TOMATE NATURAL EN RODAJAS
FRUTA

19

ALUBIAS BLANCAS CON VERDURAS CON SALSA DE AZAFRÁN
TORTILLA DE PATATA Y JAMÓN YORK
LECHUGA Y ZANAHORIA RALLADA
FRUTA

20

ARROZ AL ESTILO DE LA ABUELA
HAMBURGUESA DE PAVO A LA PLANCHA
ENSALADA DE LECHUGA, REMOLACHA, ACEITUNAS Y MAÍZ
YOGUR

21

SOPA DE COCIDO CON FIDEO (ECOLÓGICO)
COCIDO COMPLETO CON GARBANZOS, MORCILLO, CHORIZO, POLLO, PATATA Y REPOLLO
FRUTA

22

CREMA DE MAÍZ, ZANAHORIA, PUERRO Y PATATA
TERNERA EN SALSA
LECHUGA, TOMATE Y OLIVAS
FRUTA

25

LAZOS CON SALSA DE CHAMPIÑONES
FILETE DE POLLO AL AJILLO
GUISANTES Y ESPÁRRAGOS
FRUTA

26

BONIATO (ECOLÓGICO) ASADO EN PURE CON ACEITE DE ALBAHACA
ALBÓNDIGAS A LA NAPOLITANA
PATATA GAJO
FRUTA

27

LENTEJAS GUIADAS CON ZANAHORIA
TORTILLA DE CALABACÍN
LECHUGA Y ZANAHORIA RALLADA
FRUTA

28

ARROZ GRATINDO CON VERDURAS
HAMBURGUESA DE PAVO A LA PLANCHA
ENSALADA VERDE
FRUTA

29

JORNADA DE LA INDIA
CHANA MASALA CON ARROZ BASMATI
POLLO TANDOORI
CALABACÍN AL ESTILO HINDÚ
YOGUR



LUNES

MARTES

MIÉRCOLES

JUEVES

VIERNES



11

LENTEJAS Y PUERRO FRITO CON BALSÁMICO
TIRAS DE POLLO FRITAS CON MAIZENA
ZANAHORIA RALLADA, ACEITUNAS VERDES Y
MAÍZ
FRUTA

12

MACARRONES (ECOLÓGICO) CON PISTO
REVUELTO DE BACALAO CON PATATAS
ENSALADA DE LECHUGA, ZANAHORIA Y
TOMATE
FRUTA

13

JUDÍAS VERDES CON CHISTORRA
POLLO AL CHILINDRÓN
PATATAS VAPOR
FRUTA

14

CREMA DE CALABAZA, ROMERO Y NARANJA
TERNERA ASADA CON SHITAKES
PATATA ASADA
FRUTA

15

ARROZ EN PAELLA CON MAGRO Y POLLO
PALOMETA EN SALSA DE PISTO
YOGUR DE SOJA

18

WOK DE BROCOLI Y SOJA
POLLO AL HORNO CON BRESA DE CEBOLLA
Y PIMIENTO
TOMATE NATURAL EN RODAJAS
FRUTA

19

ALUBIAS BLANCAS CON VERDURAS CON
SALSA DE AZAFRÁN
TORTILLA DE PATATA Y JAMÓN YORK
LECHUGA Y ZANAHORIA RALLADA
FRUTA

20

ARROZ AL ESTILO DE LA ABUELA
FILETE DE MERLUZA A LA MARINERA
ENSALADA DE LECHUGA, REMOLACHA,
ACEITUNAS Y MAÍZ
YOGUR DE SOJA

21

SOPA DE COCIDO CON FIDEO (ECOLÓGICO)
COCIDO COMPLETO CON GARBANZOS,
MORCILLO, CHORIZO, POLLO, PATATA Y
REPOLLO
FRUTA

22

CREMA DE MAÍZ, ZANAHORIA, PUERRO Y
PATATA
SALMON EN COSTRA DE PATATA CRUJIENTE Y
TOMATE
LECHUGA, TOMATE Y OLIVAS
FRUTA

25

LAZOS CON TOMATE
MERLUZA EN SALSA VERDE
GUISANTES Y ESPÁRRAGOS
FRUTA

26

BONIATO (ECOLÓGICO) ASADO EN PURE CON
ACEITE DE ALBAHACA
TERNERA EN SALSA
PATATA GAJO
FRUTA

27

LENTEJAS GUIADAS CON ZANAHORIA
TORTILLA DE CALABACÍN
LECHUGA Y ZANAHORIA RALLADA
FRUTA

28

ARROZ CON VERDURAS
FILETE DE ABADEJO A LA ROMANA
ENSALADA VERDE
FRUTA

29

JORNADA DE LA INDIA
CHANA MASALA CON ARROZ BASMATI
POLLO ASADO
CALABACÍN AL ESTILO HINDÚ
YOGUR DE SOJA



LUNES

MARTES

MIÉRCOLES

JUEVES

VIERNES



11

LENTEJAS Y PUERRO FRITO CON BALSÁMICO
TIRAS DE POLLO FRITAS CON MAIZENA
ZANAHORIA RALLADA, ACEITUNAS VERDES Y
MAÍZ
FRUTA

12

CODITOS DE PASTA SIN GLUTEN Y SIN HUEVO
CON SALSA DE TOMATE CASERA
LOMO DE CERDO AL HORNO
ENSALADA DE LECHUGA, ZANAHORIA Y
TOMATE
FRUTA

13

JUDÍAS VERDES CON CHISTORRA
POLLO AL CHILINDRÓN
PATATAS VAPOR
FRUTA

14

CREMA DE CALABAZA, ROMERO Y NARANJA
TERNERA ASADA CON SHITAKES
PATATA ASADA
FRUTA

15

ARROZ EN PAELLA CON MAGRO Y POLLO
PALOMETA EN SALSA DE PISTO
YOGUR DE SOJA

18

WOK DE BROCOLI Y SOJA
POLLO AL HORNO CON BRESA DE CEBOLLA
Y PIMIENTO
TOMATE NATURAL EN RODAJAS
FRUTA

19

ALUBIAS BLANCAS CON VERDURAS CON
SALSA DE AZAFRÁN
LOMO A LAS FINAS HIERBAS
LECHUGA Y ZANAHORIA RALLADA
FRUTA

20

ARROZ AL ESTILO DE LA ABUELA
FILETE DE MERLUZA A LA MARINERA
ENSALADA DE LECHUGA, REMOLACHA,
ACEITUNAS Y MAÍZ
YOGUR DE SOJA

21

SOPA DE PASTA SIN HUEVO Y SIN GLUTEN
COCIDO COMPLETO CON GARBANZOS,
MORCILLO, CHORIZO, POLLO, PATATA Y
REPOLLO
FRUTA

22

CREMA DE MAÍZ, ZANAHORIA, PUERRO Y
PATATA
SALMÓN EN SALSA
LECHUGA, TOMATE Y OLIVAS
FRUTA

25

CODITOS DE PASTA SIN GLUTEN Y SIN HUEVO
CON SALSA DE TOMATE CASERA
MERLUZA EN SALSA VERDE
GUISANTES Y ESPÁRRAGOS
FRUTA

26

BONIATO (ECOLÓGICO) ASADO EN PURE CON
ACEITE DE ALBAHACA
TERNERA EN SALSA
PATATA GAJO
FRUTA

27

LENTEJAS GUIADAS CON ZANAHORIA
LOMO A LA PLANCHA
LECHUGA Y ZANAHORIA RALLADA
FRUTA

28

ARROZ CON VERDURAS
FILETE DE ABADEJO AL HORNO
ENSALADA VERDE
FRUTA

29

JORNADA DE LA INDIA
CHANA MASALA CON ARROZ BASMATI
POLLO ASADO
CALABACÍN AL ESTILO HINDÚ
YOGUR DE SOJA



LUNES

MARTES

MIÉRCOLES

JUEVES

VIERNES



11

PATATAS SALTEADAS CON VERDURA
TIRAS DE POLLO FRITAS CON MAIZENA
ZANAHORIA RALLADA, ACEITUNAS VERDES Y
MAÍZ
FRUTA

12

CODITOS DE PASTA SIN GLUTEN Y SIN HUEVO
CON SALSA DE TOMATE CASERA
REVUELTO DE BACALAO CON PATATAS
ENSALADA DE LECHUGA, ZANAHORIA Y
TOMATE
FRUTA

13

JUDÍAS VERDES CON CHISTORRA
POLLO AL CHILINDRÓN
PATATAS VAPOR
FRUTA

14

CREMA DE CALABAZA, ROMERO Y NARANJA
TERNERA ASADA CON SHITAKES
PATATA ASADA
FRUTA

15

ARROZ EN PAELLA CON MAGRO Y POLLO
PALOMETA EN SALSA DE PISTO
YOGUR

18

BRÓCOLI REHOGADO
POLLO AL HORNO CON BRESA DE CEBOLLA
Y PIMIENTO
TOMATE NATURAL EN RODAJAS
FRUTA

19

ALUBIAS BLANCAS CON VERDURAS CON
SALSA DE AZAFRÁN
TORTILLA DE PATATA Y JAMÓN YORK
LECHUGA Y ZANAHORIA RALLADA
FRUTA

20

ARROZ AL ESTILO DE LA ABUELA
FILETE DE MERLUZA AL HORNO
ENSALADA DE LECHUGA, REMOLACHA,
ACEITUNAS Y MAÍZ
YOGUR

21

SOPA DE PASTA SIN HUEVO Y SIN GLUTEN
COCIDO COMPLETO CON GARBANZOS,
MORCILLO, CHORIZO, POLLO, PATATA Y
REPOLLO
FRUTA

22

CREMA DE MAÍZ, ZANAHORIA, PUERRO Y
PATATA
SALMON EN COSTRA DE PATATA CRUJIENTE Y
TOMATE
LECHUGA, TOMATE Y OLIVAS
FRUTA

25

CODITOS DE PASTA SIN GLUTEN Y SIN HUEVO
CON SALSA DE TOMATE CASERA
MERLUZA EN SALSA VERDE
GUISANTES Y ESPÁRRAGOS
FRUTA

26

BONIATO (ECOLÓGICO) ASADO EN PURE CON
ACEITE DE ALBAHACA
ALBÓNDIGAS A LA NAPOLITANA
PATATA GAJO
FRUTA

27

CREMA DE VERDURAS
TORTILLA DE CALABACÍN
LECHUGA Y ZANAHORIA RALLADA
FRUTA

28

ARROZ GRATINDO CON VERDURAS
FILETE DE ABADEJO AL HORNO
ENSALADA VERDE
FRUTA

29

JORNADA DE LA INDIA
CHANA MASALA CON ARROZ BASMATI
POLLO TANDOORI
CALABACÍN AL ESTILO HINDÚ
YOGUR



LUNES

MARTES

MIÉRCOLES

JUEVES

VIERNES



11

LENTEJAS Y PUERRO FRITO CON BALSÁMICO
EMPANADO DE PAVO Y QUESO
ZANAHORIA RALLADA, ACEITUNAS VERDES Y
MAÍZ
FRUTA

12

MACARRONES (ECOLÓGICO) CON PISTO
REVUELTO DE BACALAO CON PATATAS
ENSALADA DE LECHUGA, ZANAHORIA Y
TOMATE
FRUTA

13

JUDÍAS VERDES CON CHISTORRA
POLLO AL CHILINDRÓN
PATATAS VAPOR
FRUTA

14

CREMA DE CALABAZA, ROMERO Y NARANJA
TERNERA ASADA CON SHITAKES
PATATA ASADA
FRUTA

15

ARROZ EN PAELLA CON MAGRO Y POLLO
PALOMETA EN SALSA DE PISTO
YOGUR

18

WOK DE BROCOLI Y SOJA
POLLO AL HORNO CON BRESA DE CEBOLLA
Y PIMIENTO
TOMATE NATURAL EN RODAJAS
FRUTA

19

ALUBIAS BLANCAS CON VERDURAS CON
SALSA DE AZAFRÁN
TORTILLA DE PATATA Y JAMÓN YORK
LECHUGA Y ZANAHORIA RALLADA
FRUTA

20

ARROZ AL ESTILO DE LA ABUELA
FILETE DE MERLUZA A LA MARINERA
ENSALADA DE LECHUGA, REMOLACHA,
ACEITUNAS Y MAÍZ
YOGUR

21

SOPA DE COCIDO CON FIDEO (ECOLÓGICO)
COCIDO COMPLETO CON GARBANZOS,
MORCILLO, CHORIZO, POLLO, PATATA Y
REPOLLO
FRUTA

22

CREMA DE MAÍZ, ZANAHORIA, PUERRO Y
PATATA
SALMON EN COSTRA DE PATATA CRUJIENTE Y
TOMATE
LECHUGA, TOMATE Y OLIVAS
FRUTA

25

LAZOS CON SALSA DE CHAMPIÑONES
MERLUZA EN SALSA VERDE
GUISANTES Y ESPÁRRAGOS
FRUTA

26

BONIATO (ECOLÓGICO) ASADO EN PURE CON
ACEITE DE ALBAHACA
ALBÓNDIGAS A LA NAPOLITANA
PATATA GAJO
FRUTA

27

LENTEJAS GUIADAS CON ZANAHORIA
TORTILLA DE CALABACÍN
LECHUGA Y ZANAHORIA RALLADA
FRUTA

28

ARROZ GRATINDO CON VERDURAS
FILETE DE ABADEJO A LA ROMANA
ENSALADA VERDE
FRUTA

29

JORNADA DE LA INDIA
CHANA MASALA CON ARROZ BASMATI
POLLO TANDOORI
CALABACÍN AL ESTILO HINDÚ
YOGUR

