

LUNES

MARTES

MIÉRCOLES

JUEVES

VIERNES

1 724 Kcal. P.: 11 HC.: 49 L.: 38 G.: 7

ARROZ CON TOMATE
RICE WITH TOMATO SAUCE
HUEVOS A LA PAISANA
PLAIN OLD-FASHIONED EGGS
LECHUGA Y ZANAHORIA RALLADA
LETTUCE AND SHREDDED CARROT
FRUTA
FRUIT

8 674 Kcal. P.: 22 HC.: 41 L.: 33 G.: 6

LENTEJAS CON VERDURAS
LENTILS WITH VEGETABLES
ESCALOPINES DE TERNERA
BEEF STEAK
LECHUGA Y TOMATE
LETTUCE AND TOMATO
FRUTA
FRUIT

15 776 Kcal. P.: 22 HC.: 29 L.: 48 G.: 12

CREMA DE ZANAHORIAS, SALVIA Y QUESO DE OVEJA
CREAM OF CARROTS, SAGE AND SHEEP'S CHEESE
PECHUGA EMPANADA
BREADED CHICKEN BREAST
PATATAS GRATÉN
POTATOES AU GRATIN
YOGUR
YOGHURT

22 728 Kcal. P.: 25 HC.: 32 L.: 40 G.: 8

LENTEJAS GUISADAS CON ESPINACA, ZANAHORIA Y CEBOLLA FRITA
STEWED LENTILS WITH SPINACH, CARROTS AND FRIED ONION
SALMON CON SALSA DE PUERROS
SALMON IN LEEK SAUCE
TOMATE ALIÑADO
TOMATO
YOGUR
YOGHURT

2 635 Kcal. P.: 18 HC.: 37 L.: 38 G.: 8

ALUBIAS PINTAS CON CHORIZO
RED KIDNEY BEANS WITH SAUSAGE
BISTEC DE POLLO A LA PLANCHA CON SALSA CHIMICHURRI
GRILLED CHICKEN STEAK WITH CHIMICHURRI SAUCE
TOMATE CON ORÉGANO
TOMATO AND OREGANO
FRUTA
FRUIT

9 745 Kcal. P.: 13 HC.: 48 L.: 38 G.: 6

ARROZ CON SALSA ALLA NORMA
RICE WITH NORMA'S SAUCE
FILETE DE MERLUZA A LA GALLEGA
GALICIAN STYLE HAKE FILLET
LECHUGA Y OLIVAS
LETTUCE AND OLIVES
FRUTA
FRUIT

16 678 Kcal. P.: 20 HC.: 51 L.: 27 G.: 4

ARROZ TRES DELICIAS
CHINESE FRIED RICE
PALOMETA A LA RIOJANA
RIOJA STYLE PALOMETA
FRUTA
FRUIT

23 838 Kcal. P.: 22 HC.: 37 L.: 39 G.: 10

TALLARINES CON TOMATE Y QUESO
TAGLIATELLE WITH TOMATO AND CHEESE
POLLO ASADO AL ESTILO CAJUN
CAJUN ROASTED CHICKEN
ENSALADA DE LECHUGA, CEBOLLA Y ATÚN
LETTUCE, ONION AND TUNA SALAD
FRUTA
FRUIT

3 843 Kcal. P.: 19 HC.: 33 L.: 47 G.: 12

CODITOS DE PASTA A LA CARBONARA
PASTA CARBONARA
ATÚN EN SALSA DE TOMATE
TUNA FISH IN TOMATO SAUCE
PIMENTOS ROJOS
RED PEPPERS
YOGUR
YOGHURT

10 751 Kcal. P.: 19 HC.: 53 L.: 24 G.: 6

SOPA DE COCIDO
TRADITIONAL SPANISH 'COCIDO' STEW WITH CHICKEN AND VEGETABLES
COCIDO COMPLETO CON GARBANZOS, MORCILLO, CHORIZO, POLLO, PATATA Y REPOLLO
CHICKPEAS, MEAT, CHICKEN, POTATO & CABBAGE STEW
FRUTA
FRUIT

17 746 Kcal. P.: 12 HC.: 45 L.: 36 G.: 5

ALUBIAS BLANCAS GUISADAS CON SETAS
WHITE BEANS STEWED WITH MUSHROOMS
CROQUETAS DE JAMÓN
HAM CROQUETTES
LECHUGA, MAÍZ Y ZANAHORIA
LETTUCE, SWEETCORN AND CARROTS
FRUTA
FRUIT

24 751 Kcal. P.: 19 HC.: 53 L.: 24 G.: 6

SOPA DE COCIDO
TRADITIONAL SPANISH 'COCIDO' STEW WITH CHICKEN AND VEGETABLES
COCIDO COMPLETO CON GARBANZOS, MORCILLO, CHORIZO, POLLO, PATATA Y REPOLLO
CHICKPEAS, MEAT, CHICKEN, POTATO & CABBAGE STEW
FRUTA
FRUIT

4 620 Kcal. P.: 19 HC.: 32 L.: 47 G.: 13

CREMA DE PUERROS Y EMENTAL
CREAM OF LEEK SOUP AND CHEESE
ALBONDIGAS CON SEPIA A LA JARDINERA
MEATLOAF WITH CUTTLEFISH WITH VEGETABLES
FRUTA
FRUIT

11 622 Kcal. P.: 19 HC.: 37 L.: 42 G.: 14

CREMA DE BRÓCOLI
CREAM OF BROCCOLI
SOLOMILLO DE CERDO EN SALSA DE MANZANA
PORK TENDERLOIN IN APPLE SAUCE
PATATAS CHIPS
CHIPS
YOGUR
YOGHURT

18 707 Kcal. P.: 13 HC.: 30 L.: 54 G.: 9

JUDIAS VERDES CON BOLOÑESA
GREEN BEANS WITH BOLOGNESE
TORTILLA DE PATATA ESPAÑOLA CON PAVO
SPANISH OMELETTE WITH TURKEY
TOMATE CON ORÉGANO
TOMATO AND OREGANO
FRUTA
FRUIT

25 662 Kcal. P.: 19 HC.: 46 L.: 31 G.: 10

CREMA DE GUISANTES A LA MENTA
CREAM OF PEAS SOUP AND MINT
HAMBURGUESA DE TERNERA PREMIUM COMPLETA
BEEF BURGER
FRUTA
FRUIT

5 751 Kcal. P.: 19 HC.: 53 L.: 24 G.: 6

SOPA DE COCIDO
TRADITIONAL SPANISH 'COCIDO' STEW WITH CHICKEN AND VEGETABLES
COCIDO COMPLETO CON GARBANZOS, MORCILLO, CHORIZO, POLLO, PATATA Y REPOLLO
CHICKPEAS, MEAT, CHICKEN, POTATO & CABBAGE STEW
FRUTA
FRUIT

12 740 Kcal. P.: 16 HC.: 47 L.: 34 G.: 10

ESPIRALES GRATINADOS CON QUESO
GRILLED PASTA SPIRALS WITH CHEESE
REVUELTO CON VERDURA SALTEADA Y SOJA
SCRAMBLED EGGS WITH SAUTÉED VEGETABLES AND SOY
LECHUGA Y JAMÓN YORK
LETTUCE AND COOKED HAM
FRUTA
FRUIT

19 729 Kcal. P.: 19 HC.: 44 L.: 35 G.: 8

MACARRONES CON TOMATE Y QUESO RALLADO
MACARONI WITH TOMATO AND GRATED CHEESE
DADOS DE ATÚN ENCEBOLLADO CON ROMERO
DICED TUNA FISH WITH ONION AND ROSEMARY
FRUTA
FRUIT



¡Te damos la bienvenida a nuestro comedor escolar seguro!

Comienza con un buen **DESAYUNO**



Pan, cereales o derivados



Leche o derivados



Fruta fresca y hortalizas



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

LOS GUARDIANES DE LA SALUD



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

2

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



3

El bienestar de todas las familias es nuestra prioridad.

Notas:

Empty dashed box for notes.

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

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

