

LUNES

MARTES

MIÉRCOLES

JUEVES

VIERNES

7

8

8

9

10

13

14

15

16

17

20

21

22

23

24

27

28

29

30

590 Kcal. P.: 11 HC.: 63 L.: 23 G.: 2

LECHUGA, TOMATE Y MAIZ
CREMA DE CALABAZA
TORTELLINI RELLENO DE CARNE
FRUTA

733 Kcal. P.: 18 HC.: 45 L.: 34 G.: 8

LECHUGA, JUDÍA BROTES Y TOMATE
GARBANZOS CON ACELGAS
TORTILLA DE PATATA
LÁCTEO

750 Kcal. P.: 13 HC.: 45 L.: 38 G.: 11

ENSALADA VERDE CON ESPÁRRAGOS
FIDEOS A LA CAZUELA
LONGANIZAS CON TOMATE
FRUTA

720 Kcal. P.: 19 HC.: 49 L.: 30 G.: 5

LECHUGA, TOMATE Y ACEITUNA VERDE
TALLARINES CON VERDURAS Y SOJA
MEDALLÓN DE SALMÓN EN SALSAS VERDE
FRUTA

543 Kcal. P.: 16 HC.: 51 L.: 30 G.: 11

LECHUGA, TOMATE Y LOMBARDA
SOPA DE COCIDO
COCIDO COMPLETO CON PELOTA
FRUTA

463 Kcal. P.: 21 HC.: 33 L.: 44 G.: 15

ENSALADA DE MAIZ Y TOMATE
PAELLA VALENCIANA
FIAMBRE VARIADO
FRUTA

884 Kcal. P.: 26 HC.: 33 L.: 39 G.: 12

LECHUGA, TOMATE Y APIO
PURÉ DE JUDÍAS VERDES Y COLIFLOR
POLLO A LA CAZADORA
LÁCTEO

628 Kcal. P.: 18 HC.: 48 L.: 28 G.: 6

ENSALADA DE LECHUGA, ZANAHORIA Y TOMATE
ALUBIAS BLANCAS GUIADAS
TORTILLA DE CALABACÍN
FRUTA

637 Kcal. P.: 26 HC.: 35 L.: 37 G.: 11

ENSALADA VERDE CON ESPÁRRAGOS
SOPA DE AVE CON PASTA
CONTRAMUSLO EN SALSAS DE QUESO
FRUTA

548 Kcal. P.: 15 HC.: 40 L.: 43 G.: 6

LECHUGA, ZANAHORIA Y TOMATE
ARROZ A LA CUBANA
BOCADITOS DE BACALAO (CON KETCHUP OPCIONAL)
FRUTA

679 Kcal. P.: 14 HC.: 44 L.: 39 G.: 11

ENSALADA DE TOMATE Y CEBOLLA
PURÉ CON VERDURAS DE TEMPORADA
ALBÓNDIGAS A LA JARDINERA
FRUTA

753 Kcal. P.: 24 HC.: 51 L.: 23 G.: 6

LECHUGA, JUDÍA BROTES Y TOMATE
LACITOS TRICOLOR
ABADEJO EN SALSAS VERDE
LÁCTEO

659 Kcal. P.: 18 HC.: 47 L.: 30 G.: 6

ENSALADA DE MAIZ Y TOMATE
LENTEJAS CON CALABAZA Y ZANAHORIA
TORTILLA DE PATATA
FRUTA

665 Kcal. P.: 14 HC.: 49 L.: 34 G.: 11

LECHUGA, ZANAHORIA Y TOMATE
CREMA DE BRÓCOLI
HAMBURGUESA MIXTA COMPLETA
FRUTA

538 Kcal. P.: 16 HC.: 38 L.: 43 G.: 10

LECHUGA, TOMATE Y MAIZ
ARROZ AL HORNO
TORTILLA DE CALABACÍN
FRUTA

765 Kcal. P.: 12 HC.: 46 L.: 35 G.: 5

LECHUGA, TOMATE Y LOMBARDA
ALUBIAS ESTOFADAS
SAN JACOBO DE PAVO
FRUTA

687 Kcal. P.: 20 HC.: 52 L.: 26 G.: 7

LECHUGA, TOMATE Y APIO
MACARRONES CON TOMATE Y QUESO
FILETE DE MERLUZA AL HORNO CON SALSAS MERY
LÁCTEO

NOTAS: La valoración nutricional media mensual es: 661 Kcal. P.: 18 HC.: 45 L.: 33 G.: 8 **Leyenda:** Kcal.: Kilocalorías (Energía) / P: Proteínas / H: Hidratos de Carbono / L: Lípidos / G: ácidos Grasos saturados Aportes calóricos teóricos calculados para niños/as de 6 a 9 años. Valores de nutrientes expresados en % sobre energía total. Nuestros menús incluyen PAN y la bebida será AGUA.



¡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

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.

