

BIENVENIDOS AL NUEVO CURSO

2026-2027

¡Os esperamos con
vuestros platos
favoritos y nuevos
propósitos!



INFORMACIÓN NUTRICIONAL

KC: Energía (Kcal)
 PR: Proteínas (g)
 LI: Lípidos (g)
 HC: Hidratos de carbono (g)
 CA: Calcio (mg)
 FE: Hierro (mg)

LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES
31	01 VACACIONES	02 VACACIONES	03 VACACIONES	04 VACACIONES
07 Arroz integral con tomate Crema hortelana Filete de ternera a la plancha Fruta KC:617 PR:25 LI:22 HC:58 CA:54 FE:3	08 Lentejas estofadas con verduras Crema de calabacín Hamburguesa a la plancha Ensalada de lechuga y tomate Fruta KC:777 PR:41 LI:22 HC:81 CA:142 FE:9	09 Gazpacho Coliflor rehogada Filete de pollo a la plancha Ensalada de lechuga y zanahoria Fruta KC:609 PR:26 LI:13 HC:36 CA:97 FE:3	10 Fideuá Espinacas a la crema Merluza en salsa verde Ensalada de lechuga Fruta KC:806 PR:66 LI:26 HC:78 CA:314 FE:19	11 Puré de calabaza Judías verdes rehogadas Ragout de pavo con verduras y ensalada Patatas panaderas Yogur KC:677 PR:18 LI:7 HC:39 CA:103 FE:3
14 Pasta sin huevo Crema de espárragos Lomo asado con verduras Limanda a la romana (sin gluten) Fruta KC:711 PR:29 LI:17 HC:63 CA:291 FE:10	15 Potaje de garbanzos Pisto manchego Filete de ternera a la plancha Ensalada de lechuga y zanahoria Fruta KC:574 PR:48 LI:18 HC:57 CA:251 FE:9	16 Salmorejo (sin huevo) Acelgas rehogadas Jamoncitos de pollo Dados de boniato Fruta KC:706 PR:27 LI:19 HC:61 CA:105 FE:5	17 Arroz abunda Vichyssoise Filete de limanda a la plancha Ensalada de tomate y aceituna Fruta KC:660 PR:26 LI:15 HC:46 CA:67 FE:2	18 Puré de zanahoria Guisantes con jamón Filete de pollo a la plancha Ensalada de lechuga y tomate Yogur KC:686 PR:27 LI:8 HC:49 CA:112 FE:4
21 Arroz integral con tomate Crema de puerros Lomo al ajillo a la plancha Fruta KC:728 PR:32 LI:37 HC:70 CA:78 FE:4	22 Lentejas estofadas con verduras (*) Alcachofas con jamón Filete de merluza a la plancha Fruta KC:676 PR:42 LI:28 HC:64 CA:156 FE:8	23 Ensalada rosse Brócolis rehogados Pollo al chilindrón Dados de zanahoria (*) Fruta KC:661 PR:59 LI:35 HC:29 CA:139 FE:6	24 Fideuá de verduras Sopa Juliana Salmón al horno Ensalada de lechuga Fruta KC:729 PR:35 LI:21 HC:50 CA:88 FE:5	25 Salmorejo (sin huevo) Ensalada de alubias Filete de ternera a la plancha Yogur KC:657 PR:25 LI:13 HC:36 CA:96 FE:4
28 Pasta sin huevo Crema de champiñón Lacón asado a la gallega con patatas Fruta KC:877 PR:48 LI:51 HC:70 CA:146 FE:7	29 Judías blancas estofadas (sin chorizo, morcilla, tocino) Panache de verduras Hamburguesa de pollo a la plancha Ensalada de lechuga y tomate Fruta KC:761 PR:45 LI:28 HC:87 CA:202 FE:9	30 Crema hortelana Acelgas rehogadas Lomo al ajillo a la plancha Ensalada de tomate y orégano Fruta KC:640 PR:33 LI:24 HC:51 CA:213 FE:8	01	02

LOS PLATOS MARCADOS (*) SE ELABORAN EN PARTE CON INGREDIENTES DE PRODUCCIÓN ECOLÓGICA. LOS MENÚS INCLUYEN PAN INTEGRAL DOS VECES A LA SEMANA Y LA BEBIDA ES AGUA.