

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 Tortilla francesa con ensalada Fruta KC:768 PR:19 LI:30 HC:58 CA:94 FE:4	08 Lentejas estofadas con verduras Crema de calabacín Hamburguesa a la plancha Ensalada de lechuga y tomate Fruta KC:677 PR:41 LI:22 HC:81 CA:142 FE:9	09 Gazpacho Coliflor rehogada Filete de pollo empanado Ensalada de lechuga y zanahoria Fruta KC:734 PR:25 LI:18 HC:47 CA:116 FE:4	10 Fideuá 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 Fruta KC:677 PR:18 LI:7 HC:39 CA:103 FE:3
14 Macarrones integrales napolitana Crema de espárragos Lomo asado con verduras Ensalada de lechuga Fruta KC:719 PR:29 LI:17 HC:65 CA:300 FE:10	15 Potaje de garbanzos Pisto manchego Tortilla francesa Ensalada de lechuga y zanahoria Fruta KC:745 PR:35 LI:21 HC:56 CA:262 FE:9	16 Salmorejo Acelgas rehogadas Jamoncitos de pollo Dados de boniato Fruta KC:706 PR:27 LI:19 HC:61 CA:105 FE:5	17 Arroz abanda Limanda a la romana Ensalada de tomate y aceituna Fruta KC:691 PR:28 LI:20 HC:53 CA:81 FE:3	18 Puré de zanahoria Guisantes con jamón Filete de ternera a la plancha Ensalada de lechuga y tomate Fruta KC:615 PR:26 LI:9 HC:49 CA:110 FE:4
21 Arroz integral con tomate Crema de puerros Revuelto de huevos con patatas Fruta KC:667 PR:20 LI:35 HC:71 CA:86 FE:4	22 Lentejas estofadas con verduras (*) Alcachofas con jamón Croquetas (sin lactosa) Fruta KC:813 PR:34 LI:38 HC:86 CA:253 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 Ensalada de alubias Filete de ternera a la plancha Fruta KC:657 PR:25 LI:13 HC:36 CA:96 FE:4
28 Espaguetis integrales con tomate Crema de champiñón Lacón asado a la gallega con patatas Fruta KC:786 PR:40 LI:44 HC:59 CA:139 FE:6	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 Escalopines provenzal Ensalada de tomate y orégano Fruta KC:740 PR:33 LI:24 HC:51 CA:213 FE:8	01	02