

## Lunes

**29** Kcal HC Lip Prot



**6** Kcal HC Lip Prot  
676 89 22 31

Arroz negro con calamares  
Filete de pollo asado al curry  
Ensalada de lechuga y zanahoria  
Fruta de temporada

**13** Kcal HC Lip Prot

**No lectivo**

**20** Kcal HC Lip Prot  
650 86 21 26

Fusilli integrales con salsa de tomate  
Merluza al horno con perejil fresco  
Ensalada de lechuga y aceitunas  
Fruta de temporada

**27** Kcal HC Lip Prot  
700 90 23 30

Espaguetis integrales al pomodoro  
Caballa al horno  
Ensalada tricolor  
Fruta de temporada

## Martes

**30** Kcal HC Lip Prot

**7** Kcal HC Lip Prot  
563 80 16 25

Sopa de cocido  
Cocido completo  
Fruta de temporada

**14** Kcal HC Lip Prot  
601 73 22 27

Crema de calabaza  
Albóndigas de cerdo en salsa de verduras  
Arroz pilaf  
Fruta de temporada

**21** Kcal HC Lip Prot  
617 86 19 27

Curry de arroz con verduras  
Hamburguesa de ternera a la plancha  
Ensalada tomate, cebolla y orégano  
Yogur

**28** Kcal HC Lip Prot  
737 100 27 23

Risotto meloso de setas  
Albóndigas de soja con salsa de tomate  
Ensalada de lechuga y remolacha  
Fruta de temporada

## Miércoles

**1** Kcal HC Lip Prot  
748 94 32 21

Crema de verduras natural  
Albóndigas de soja con salsa de tomate  
Patatas fritas crujientes  
Fruta de temporada

**8** Kcal HC Lip Prot  
706 77 31 27

Crema de puerros al natural  
Magro de cerdo estofado al estilo tradicional  
Patatas fritas  
Fruta de temporada

**15** Kcal HC Lip Prot  
696 75 29 34

Alubias blancas estofadas  
Huevos revueltos con jamón de york y queso  
Ensalada de lechuga y tomate  
Fruta de temporada

**22** Kcal HC Lip Prot  
582 85 15 24

Sopa de cocido  
Cocido completo  
Fruta de temporada

**29** Kcal HC Lip Prot  
706 77 31 27

Crema de zanahoria natural  
Huevos a la plancha  
Patatas fritas crujientes  
Fruta de temporada/Helado opcional

## Jueves

**2** Kcal HC Lip Prot  
672 75 28 29

Alubias blancas guisadas  
Huevos revueltos con picadillo de chorizo  
Ensalada de lechuga y remolacha  
Fruta de temporada

**9** Kcal HC Lip Prot  
675 90 23 25

Lentejas a la hortelana  
Tortilla de patata  
Ensalada de lechuga y aceitunas  
Fruta de temporada

**16** Kcal HC Lip Prot  
618 94 13 31

Arroz blanco salteado  
Cuarto trasero con miel, romero y limón  
Ensalada de lechuga y maíz  
Yogur

**23** Kcal HC Lip Prot  
593 60 26 28

Brócoli rehogado/crema infantil  
Parmentier con boloñesa de pollo  
Fruta de temporada

**30** Kcal HC Lip Prot  
667 76 25 35

Guisantes salteados/Crema infantil  
Magro de cerdo al estilo tradicional  
Arroz pilaf  
Fruta de temporada

## Viernes

**3** Kcal HC Lip Prot  
585 74 20 17

Judías verdes con patatas y zanahoria/crema infantil  
Canelones de carne gratinados al horno  
Fruta de temporada

**10** Kcal HC Lip Prot  
644 85 16 37

Pasta integral con salsa de queso  
Solomillo de atún a la plancha/pescado apto hasta 9 años  
Tomate y cebolla con orégano  
Yogur

**17** Kcal HC Lip Prot  
563 80 16 25

Sopa de cocido  
Cocido completo  
Fruta de temporada

**24** Kcal HC Lip Prot  
682 89 24 25

Lentejas guisadas con zanahorias  
Tortilla de patatas  
Ensalada de lechuga y zanahoria  
Fruta de temporada

**31** Kcal HC Lip Prot  
661 75 21 43

Lentejas guisadas a la jardinera  
Cuarto trasero de pollo en su jugo  
Ensalada de lechuga y tomate  
Yogur

OBJETIVO DEL MES: ME LAVO LAS MANOS ANTES DE COMER

Este menú se ha diseñado siguiendo los criterios nutricionales que marca el Real Decreto 315/2025, de 15 de abril, por el que se establecen normas de desarrollo de la Ley 17/2011, de 5 de julio, de seguridad alimentaria y nutrición, para el fomento de una alimentación saludable y sostenible en centros educativos.

Consulte al personal de cocina la Declaración de alérgenos.