

MENÚ DE:

SEPTIEMBRE 2025

Lunes

1 Kcal HC Lip Prot

8 670 106 20 14

Arroz blanco con tomate frito
Tortilla de patata
Ensalada de tomate y cebolla con orégano
Fruta de temporada

15 666 72 26 34

Guisantes salteados con ajo y cebolla
Parmentier con boloñesa de pollo
Fruta de temporada

22 739 76 32 37

Lentejas guisadas con chorizo
Huevos revueltos con queso
Ensalada de lechuga y aceitunas
Yogur

29 609 92 15 25

Arroz tres delicias casero
Suprema de merluza con salsa marinera
Ensalada de lechuga y zanahoria
Fruta de temporada

Martes

2 Kcal HC Lip Prot

9 605 74 25 20

Ensalada alemana/guiso de patatas(hasta 3º primaria)
Nuggets de pollo
Lechuga y maíz
Helado

16 646 77 22 35

Lentejas a la hortelana
Huevos revueltos con jamón york
Ensalada de lechuga y remolacha
Yogur

23 579 91 14 22

Ensalada de arroz aceitunas maíz y tomate/Arroz con tomate(hasta 3º)
Merluza en salsa verde
Ensalada de lechuga y remolacha
Fruta de temporada

30 552 65 20 28

Sopa de pasta integral
Ragout de pollo al estilo tradicional
Ensalada tricolor

Yogur

Miércoles

3 Kcal HC Lip Prot

10 600 82 16 32

Gazpacho andaluz/sopa de estrellas con verduras(hasta 3º de primaria)
Albóndigas de pollo con salsa al curry
Arroz pilaf
Fruta de temporada

17 644 86 23 21

Crema de verduras al natural /Salmorejo (eso)
Albóndigas vegetales con salsa de tomate, patatas asadas
Fruta de temporada

24 582 85 15 24

Sopa de cocido
Cocido completo
Fruta de temporada

Kcal HC Lip Prot

Jueves

4 Kcal HC Lip Prot

11 602 71 23 27

Crema de zanahoria natural/Salmorejo (Eso)
Magro de cerdo al estilo tradicional
Patatas asadas
Fruta de temporada

18 748 88 28 32

Macarrones integrales con ajo y orégano
Cinta de lomo adobada a la plancha
Ensalada de lechuga y maíz
Fruta de temporada

25 742 95 26 32

Fusilli a la carbonara con bacón
Caldera de cerdo duroc en salsa con orégano
Ensalada lechuga y zanahoria
Fruta de temporada

Kcal HC Lip Prot

Viernes

5 571 73 19 27

Crema de verduras
Churrasquito de pollo aliñado
Arroz pilaf

Fruta de temporada

12 625 90 15 27

Espaguetis integrales al pomodoro con hierbas aromáticas
Merluza a la gallega
Ensalada tricolor
Fruta de temporada

19 729 95 26 28

Risotto meloso de setas
Abadejo en tempura
Ensalada de tomate y lechuga
Fruta de temporada

26 629 74 25 26

Crema de calabaza
Cuarto trasero de pollo asado
Patatas fritas
Fruta de temporada

Kcal HC Lip Prot

OBJETIVO DEL MES: DEJO RECOGIDO MI SITIO DEL COMEDOR

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.

