



LUNES

2



MARTES

3

¡FELIZ CURSO 2024-2025!

MIÉRCOLES

4



JUEVES

5

Arroz con verduras
Filete de merluza rebozado (1, 3, 4)
y lechuga y tomate (12)
Pan (1)
Fruta de temporada y leche (7)



VIERNES

6

Crema de calabacín
Pollo asado
con patatas
Pan (1)
Yogur (7)

9

Arroz con salsa de tomate y orégano
San Jacobo (1, 10, 11, 13, 14, 2, 3, 4, 5, 6, 7,
8, 9)
y lechuga y tomate (12)
Pan (1)
Fruta de temporada y leche (7)

KCAL	Prot.(g)	Hidr.(g)	Lípid.(g)	AGS.(g)
681,94	15,95	106,08	20,70	3,80

10

Sopa de cocido (1, 3)
Cocido completo: garbanzos, morcillo,
chorizo, pollo y panceta (19)
Pan (1)
Helado (7)

KCAL	Prot.(g)	Hidr.(g)	Lípid.(g)	AGS.(g)
720,89	37,23	83,02	25,97	11,03

11

Crema de puerros y zanahorias
Jamoncitos de pollo asados
con patatas fritas
Pan (1)
Fruta de temporada y leche (7)



KCAL	Prot.(g)	Hidr.(g)	Lípid.(g)	AGS.(g)
637,56	26,74	68,32	28,61	3,89

12

Alubias rojas con calabaza y arroz (19)
Tortilla de jamón (3, 6)
con lechuga y aceitunas (12)
Pan (1)
Yogur (7)

KCAL	Prot.(g)	Hidr.(g)	Lípid.(g)	AGS.(g)
635,63	27,87	70,43	28,22	6,35

13

Macarrones con bechamel y bacon (1, 3, 6,
7)
Palometa en salsa de tomate (4)
con pisto
Pan (1)
Fruta de temporada y leche (7)

KCAL	Prot.(g)	Hidr.(g)	Lípid.(g)	AGS.(g)
699,72	34,67	81,78	26,07	6,54

16

Lentejas estofadas con chorizo (19)
Tortilla de patata y calabacín (3)
con ensalada (12)
Pan (1)
Fruta de temporada y leche (7)

KCAL	Prot.(g)	Hidr.(g)	Lípid.(g)	AGS.(g)
648,62	29,27	71,49	28,28	5,79

17

Sopa de ave con estrellitas (1, 3)
Ragout de ternera
con cuscús (1)
Pan (1)
Fruta de temporada y leche (7)

KCAL	Prot.(g)	Hidr.(g)	Lípid.(g)	AGS.(g)
605,52	40,45	75,69	15,37	2,85

18

Judías verdes con jamón (19, 6)
Pollo en pepitoria
con patatas Rostie
Pan (1)
Yogur (7)

KCAL	Prot.(g)	Hidr.(g)	Lípid.(g)	AGS.(g)
655,90	36,09	63,68	28,52	6,51

19

Garbanzos estofados (19)
Filete de Sajonia a la plancha
con lechuga y zanahoria (12)
Pan (1)
Fruta de temporada y leche (7)

KCAL	Prot.(g)	Hidr.(g)	Lípid.(g)	AGS.(g)
696,12	37,99	58,11	34,49	8,66

20

Arroz con pollo y verduras (19)
Bacalao en tempura (1, 3, 4)
con lechuga y maíz
Pan (1)
Natillas con galleta (1, 7)

KCAL	Prot.(g)	Hidr.(g)	Lípid.(g)	AGS.(g)
764,87	36,09	91,81	28,45	5,71

23

Crema de guisantes con picatostes (1, 19)
Albóndigas mixtas con verduras y patatas
(1, 12, 19)
Pan (1)
Fruta de temporada y leche (7)

KCAL	Prot.(g)	Hidr.(g)	Lípid.(g)	AGS.(g)
612,13	24,34	59,36	31,27	5,58

24

Arroz tres delicias (jamón, tortilla y
guisantes) (19, 3, 6)
Merluza en salsa marinera con patatas
cocidas (14, 2, 4)
Pan (1)
Fruta de temporada y leche (7)

KCAL	Prot.(g)	Hidr.(g)	Lípid.(g)	AGS.(g)
624,19	37,13	84,58	15,43	2,46

25

Sopa de cocido (1, 3)
Cocido completo: garbanzos, morcillo,
chorizo, pollo y panceta (19)
Pan (1)
Helado (7)

KCAL	Prot.(g)	Hidr.(g)	Lípid.(g)	AGS.(g)
720,89	37,23	83,02	25,97	11,03

26

Espirales tricolor con tomate y queso (1, 3,
7)
Tortilla de pavo (3, 6)
con lechuga y zanahoria (12)
Pan (1)
Fruta de temporada y leche (7)

KCAL	Prot.(g)	Hidr.(g)	Lípid.(g)	AGS.(g)
658,41	26,55	77,85	28,07	6,66

27

Alubias blancas guisadas con verduras y
calabaza (19)
Rabas de calamar (1, 12, 14, 2, 3, 4, 6, 7)
con lechuga y maíz
Pan (1)
Petit Suisse (7)

KCAL	Prot.(g)	Hidr.(g)	Lípid.(g)	AGS.(g)
628,74	30,45	67,43	26,37	3,95

30

Fideuá con verduras y magro (1, 19, 3)
Merluza en salsa verde con patatas
cocidas (4)
Pan (1)
Yogur (7)

KCAL	Prot.(g)	Hidr.(g)	Lípid.(g)	AGS.(g)
692,52	41,69	86,22	20,05	5,15



ALÉRGENOS



1. GLUTEN



2. CRUSTÁCEOS



3. HUEVOS



4. PESCADO



5. CACAHUETES



6. SOJA



7. LÁCTEOS



8. FRUTOS DE CÁSCARA



9. APIO



10. MOSTAZA



11. SÉSAMO



12. DIÓXIDO DE AZUFRE, SULFITOS



13. ALTRAMUCES



14. MOLUSCOS