

Escuelas

Menú General

maig de 2024

La comida se acompaña de pan de homo y agua. La cocina utiliza aceite de oliva para cocinar y aceite de oliva virgen extra para aliñar.

Leyenda de alérgenos presentes:

1: Gluten 2: Crustáceos 3: Huevo 4: Pescado 5: Cacahuets 6: Soja 7: Leche 8: Frutos Secos de cáscara 9: Apio 10: Mostaza 11: Sésamo 12: Sulfitos 13: Altramuces 14: Moluscos

Festivo

1	2	3
	GUISO DE ALUBIAS CON VERDURAS	ARROZ SALTEADO CON VERDURAS
	FILETE DE MERLUZA AL HORNO (4)	PECHUGA DE POLLO CON CEBOLLA Y CHAMPIÑONES
	BRÓCOLI Y ZANAHORIA AL VAPOR	ENSALADA 4 ESTACIONES (iceberg, mezclum, tomate, zanahoria)
	FRUTA DE TEMPORADA	YOGUR NATURAL (7)
	Sugerencia de cena: Ensalada y tortilla de patata y cebolla / Fruta	Sugerencia de cena: Pizza casera variada / Fruta
6	7	8
PURÉ DE VERDURAS DE TEMPORADA CON CROSTONES (1)	MACARRONES INTEGRALES A LA BOLOÑESA (1,3)	GUISO DE GARBANZOS CON VERDURAS
TORTILLA DE PATATA Y CALABACÍN (3)	HOKI AL HORNO CON PICADA DE AJO Y PEREJIL (4)	REDONDO DE PAVO CON CHAMPIÑONES
ENSALADA GRIEGA (hoja de roble, orégano, aceitunas negras, queso tierno) (7)	ENSALADA PRIMAVERA (lechuga, cebolla, tomate, aceitunas y pepino)	PATATAS FRITAS
YOGUR NATURAL (7)	FRUTA DE TEMPORADA	FRUTA DE TEMPORADA
Sugerencia de cena: Lentejas con sanfaina de verduras / Fruta	Sugerencia de cena: Hervido de patata, verduras y huevo / Fruta	Sugerencia de cena: Ensalada de cuscús y merluza a la plancha / Fruta
9	10	
ARROZ 5 DELÍCIAS (guisantes, zanahoria, jamón, tortilla, gambas) (2,3,6,7,14)	FIDEUÀ A LA CARBONARA (1,3,6,7)	
HAMBURGUESA DE CARNE MIXTA (6,12)	LLAMPUGA AL HORNO (4)	
ENSALADA CON MAÍZ (iceberg, espinacas, zanahoria)	PIMIENTOS Y SALSA DE TOMATE	
FRUTA DE TEMPORADA	FRUTA DE TEMPORADA	
Sugerencia de cena: Crema fría de puerros y garbanzos con patata / Fruta	Sugerencia de cena: Ensalada variada y quiche / Fruta	
13	14	15
GUISO DE LENTEJAS CON VERDURAS (1)	ESPAGUETIS INTEGRALES CON PIMIENTOS (1,3)	PURÉ DE VERDURAS DE TEMPORADA
FINGERS DE POLLO (1)	RAPE AL HORNO (4)	TORTILLA DE PATATA Y CEBOLLA (3)
ENSALADA CAMPERA (iceberg, cebolla morada, tomate, aceitunas negras, maíz)	MONGETES I PASTANAGA AL VAPOR	ENSALADA DE TOMATE CHERRY (iceberg, mezclum, tomate, aceitunas)
FRUTA DE TEMPORADA	FRUTA DE TEMPORADA	FRUTA DE TEMPORADA
Sugerencia de cena: Tortilla de patata y pimientos asados / Fruta	Sugerencia de cena: Ensalada de alubias blancas / Fruta	Sugerencia de cena: Merluza al homo con arroz y salsa de puerros / Fruta
16	17	
ARROZ CON MENESTRA DE VERDURAS Y GARBANZOS	SOPA DE CALDO DE POLLO CON FIDEVÍ (1,3)	
MUSLOS DE POLLO AL HORNO	REDPONDO DE TERNERA	
ENSALADA DE MANZANA (iceberg, hoja de roble, zanahoria, manzana)	SALSA DE VERDURAS (cebolla, zanahoria, tomate) Y ARROZ	
FRUTA DE TEMPORADA	YOGUR NATURAL (7)	
Sugerencia de cena: Sepia con cuscús y verduras / Fruta	Sugerencia de cena: Ensalada variada y quesadillas variadas / Fruta	
20	21	22
ESPIRALES CON SALSA A LA PIZZAIOLA (1,3)	GUISO DE LENTEJAS CON VERDURAS (1)	FIDEUÀ DE VERDURAS (1,3,9)
SALCHICHAS DE CERDO (6,7,12)	TRUITA A LA FRANCESA (3)	BACALAO AL HORNO (4)
ENSALADA CAPRESE (mezclum, tomate, albahaca, orégano, aceitunas negras, queso) (7)	ENSALADA CON MAÍZ (iceberg, espinacas, zanahoria)	CON PIMIENTOS ASADOS
FRUTA DE TEMPORADA	FRUTA DE TEMPORADA	YOGUR NATURAL (7)
Sugerencia de cena: Arroz con alubias pintas a la mexicana / Fruta	Sugerencia de cena: Lomo de atún con arroz y verduras / Fruta	Sugerencia de cena: Ensalada de garbanzos con patata / Fruta
23	24	
PURÉ DE VERDURAS DE TEMPORADA Y LEGUMBRE	ARROZ A LA BOLOÑESA	
PECHUGA DE POLLO AL HORNO	MEDALLONES DE MERLUZA AL HORNO CON PICADA (4)	
PATATAS ASADAS Y SALSA BARBACOA CASERA	ENSALADA DE CANÓNICOS (iceberg, canónigos, tomate, zanahoria, aceitunas verdes)	
FRUTA DE TEMPORADA	FRUTA DE TEMPORADA	
Sugerencia de cena: Pastel de calabacín con salsa y pan / Fruta	Sugerencia de cena: Ensalada y pa amb oli / Fruta	
27	28	29
PURÉ DE VERDURAS DE TEMPORADA Y LEGUMBRE	MACARRONES INTEGRALES CON SALSA DE TOMATE Y VERDURAS (1,3)	GUISO DE GARBANZOS CON VERDURAS
LIBRITO DE PAVO CON JAMÓN y QUESO (1,3,6,7)	MERLUZA L HORNO CON PICADA (4)	TORTILLA DE PATATA Y CEBOLLA (3)
ENSALADA 4 ESTACIONES (iceberg, mezclum, tomate, zanahoria)	COLIFLOR Y BRÓCOLI AL VAPOR	ENSALADA MEDITERRÁNEA (iceberg, tomate chery, geminados) (6)
FRUTA DE TEMPORADA	YOGUR NATURAL (7)	FRUTA DE TEMPORADA
Sugerencia de cena: Espirales de legumbre con pesto / Fruta	Sugerencia de cena: Hervido de patata, verduras y huevo / Fruta	Sugerencia de cena: Ensalada de cuscús y salmón a la plancha / Fruta
30	31	
ARROZ SECO DE PESCADO (2,4,14)	PASTA TRICOLOR CON TOMATE CHERRY, MAÍZ, ACEITUNAS, HUEVO (1,3)	
POLLO AL HORNO	FILETE DE MERLUZA AL HORNO (4)	
CEBOLLA, CHAMPIÑONES Y PATATA	ENSALADA DE CANÓNICOS (iceberg, canónigos, tomate, zanahoria, aceitunas verdes)	
FRUTA DE TEMPORADA	FRUTA DE TEMPORADA	
Sugerencia de cena: Ensalada variada y tortilla a la francesa con pan / Fruta	Sugerencia de cena: Quesadillas variadas / Fruta	