



# MENÚ

## MENU BASAL

### ABRIL

Lunes	1	Martes	2	Miércoles	3	Jueves	4	Viernes	5
SOPA DE PESCADO CON ARROZ (4)		PURE DE ESPINACAS		LENTEJAS COMPUESTAS		PURE DE CALABAZA		SOPA DOMINGUERA CON FIDEOS Y GARBANZOS (1)	
POLLO EN ADOBO (6)		PAELLA MEDITERRÁNEA (4)		PESCADO AL HORNO (4)		CORDON BLEU (1, 3, 7)		HAMBURGUESAS CON TOMATE (1,6,7,12)	
PAPAS ENCEBOLLADAS				PAPAS CON MOJO ROJO		ENSALADA CAMPERA		ARROZ BLANCO	
FRUTA		YOGUR (7)		PLÁTANO ECOLÓGICO		PETIT SUISSE (7)		FRUTA	
PAN INTEGRAL (1)		PAN BLANCO (1)		PAN INTEGRAL (1)		PAN BLANCO (1)		PAN BLANCO (1)	
538 Kcal		807 Kcal		588 Kcal		783 Kcal		603 Kcal	
HC 60 L 13 P 42		HC 64 L 29 P 10		HC 75 L 22 P 55		HC 120 L 20 P 21		HC 62 L 15 P 28	

Lunes	8	Martes	9	Miércoles	10	Jueves	11	Viernes	12
RANCHO CANARIO DE JUDIAS (1)		SOPA DE POLLO CON HIERBABUENA (1)		PURE DE ZANAHORIA		SOPA MARINERA (4)		CREMA DE CALABACIN	
VARITAS DE MERLUZA (1, 3, 4, 7)		FILETES DE CERDO		ROPA VIEJA (1, 6)		TORTILLA ESPAÑOLA (3)		PASTA CONCHA CON TOMATE Y SALCHICHAS (1, 7)	
ENSALADA VARIADA		PAPAS CON MOJO CILANTRO		PLÁTANO ECOLÓGICO		ENSALADA DE LA HUERTA		FRUTA	
FRUTA		YOGUR (7)		PAN INTEGRAL (1)		NATILLA (7)		FRUTA	
PAN INTEGRAL (1)		PAN BLANCO (1)		PAN INTEGRAL (1)		PAN BLANCO (1)		PAN BLANCO (1)	
658 Kcal		665 Kcal		715 Kcal		721 Kcal		721 Kcal	
HC 53 L 18 P 43		HC 59 L 25 P 50		HC 95 L 13 P 18		HC 57 L 27 P 17		HC 57 L 27 P 17	

Lunes	15	Martes	16	Miércoles	17	Jueves	18	Viernes	19
SEMANA SANTA		SEMANA SANTA		SEMANA SANTA		SEMANA SANTA		SEMANA SANTA	

Lunes	22	Martes	23	Miércoles	24	Jueves	25	Viernes	26
PURE DE ZANAHORIA		SOPA DE PESCADO CON ARROZ (4)		RANCHO CANARIO (1)		SOPA DE AVE CON FIDEOS (1)		CREMA DE BERROS	
PASTA BOLOÑESA (1, 12)		POLLO A LA RIOJANA (12)		CHIPIRONES A LA ANDALUZA (1, 4, 14)		SALCHICHAS CON TOMATE (7)		CARNE CON PAPAS (12)	
PAPAS BRAVAS				ENSALADA VARIADA		ARROZ BLANCO		FRUTA	
FRUTA		YOGUR (7)		PLÁTANO ECOLÓGICO		NATILLA (7)		FRUTA	
PAN INTEGRAL (1)		PAN BLANCO (1)		PAN INTEGRAL (1)		PAN BLANCO (1)		PAN BLANCO (1)	
707 Kcal		646 Kcal		630 Kcal		683 Kcal		738 Kcal	
HC 83 L 19 P 17		HC 54 L 18 P 37		HC 66 L 20 P 10		HC 100 L 13 P 44		61CH 23L 36P	

Lunes	29	Martes	30	Miércoles	Jueves	Viernes
POTAJE DE ESPINACAS		SOPA DOMINGUERA CON FIDEOS Y GARBANZOS (1)				
TORTILLA ESPAÑOLA (3)		NUGGETS (1, 3, 7, 12)				
JAMON COCIDO (7)		ENSALADA MIXTA (4)				
FRUTA		YOGUR (7)				
PAN INTEGRAL (1)		PAN BLANCO (1)				
747 Kcal		666 Kcal				
75CH 35L 52P		HC 77 L 32 P 36				

### \*\* INFORMACIÓN SOBRE ALÉRGENOS EN LA TRASERA DEL MENÚ.

Los pescados que empleamos son: carbunero, merluza, atún y abadejo.

La fruta puede variar en función del punto de madurez.

Menús elaborados y revisados por nuestro equipo de Diplomados en Nutrición Humana y Dietética.

En cumplimiento con la Ley 17/2011 de Seguridad Alimentaria y Nutrición y con el Reglamento UE 1169/2011 de información alimentaria facilitada al consumidor, el centro educativo tiene acceso a la descripción completa de ingredientes utilizados y alérgenos que pueda contener cada plato del menú. Solicite más información a su centro educativo.

