

MENU ESCOLAR

Septiembre - 2021

LUNES

MARTES

MIÉRCOLES

JUEVES

VIERNES

5

4

1

2

3

6

7

8

9

10

13

14

15

16

17

20

21

22

23

24

27

28

29

30

622 Kcal. P.: 15 HC.: 42 L.: 41 G.: 8

ARROZ EN PAELLA CON VERDURAS
CROQUETAS DE JAMÓN
ENSALADA VERDE
FRUTA

579 Kcal. P.: 17 HC.: 55 L.: 23 G.: 3

SOPA DE LETRAS
PECHUGA DE POLLO EMPANADA
PATATAS FRITAS
FRUTA

719 Kcal. P.: 14 HC.: 36 L.: 48 G.: 15

ENSALADA FRÍA DE JUDÍAS VERDES
FILETE DE PALOMETA A LA ANDALUZA
LECHUGA, TOMATE Y MAIZ
YOGUR

725 Kcal. P.: 14 HC.: 46 L.: 38 G.: 11

ARROZ CON TOMATE FRITO
HUEVOS FRITOS
ENSALADA MIXTA
FRUTA

598 Kcal. P.: 17 HC.: 25 L.: 56 G.: 15

ESPINACAS SALTEADAS
MERLUZA A LA PLANCHA
Y PURÉ DE PATATA
HELADO

612 Kcal. P.: 19 HC.: 39 L.: 37 G.: 7

LENTEJAS ESTOFADAS
EMPANADA DE ATÚN
LECHUGA, TOMATE Y CEBOLLA
NATILLAS

605 Kcal. P.: 26 HC.: 34 L.: 37 G.: 10

ENSALADA CAMPERA
NUGETS DE POLLO
LECHUGA Y ZANAHORIA RALLADA
FRUTA

562 Kcal. P.: 21 HC.: 26 L.: 51 G.: 15

VERDURA TRICOLOR
ALBÓNDIGAS CON CHAMPIÑONES
Y ARROZ BLANCO
FRUTA

655 Kcal. P.: 18 HC.: 46 L.: 33 G.: 11

SOPA DE AVE
LOMO DE CERDO EN SALSA Y
MENESTRA DE VERDURAS
FRUTA

730 Kcal. P.: 13 HC.: 50 L.: 35 G.: 5

MACARRONES BOLOÑESA
RABAS DE CALAMAR
ENSALADA DE TOMATE Y MAIZ
FRUTA

587 Kcal. P.: 14 HC.: 54 L.: 29 G.: 9

CREMA DE VERDURAS
CONTRAMUSLO DE POLLO AL HORNO
PATATAS FRITAS
FRUTA

748 Kcal. P.: 20 HC.: 47 L.: 32 G.: 8

ESPIRALES TRICOLOR
HUEVOS RELLENOS
TOMATE ALIÑADO
FRUTA

765 Kcal. P.: 12 HC.: 42 L.: 42 G.: 6

GARBANZOS GUISADOS CON ESPINACAS
EMPANADO DE JAMON Y QUESO
LECHUGA, TOMATE Y MAIZ
FRUTA

717 Kcal. P.: 18 HC.: 48 L.: 32 G.: 5

ENSALADA FRÍA JUDÍAS VERDES
MERLUZA A LA ROMANA
ENSALADA VERDE
YOGUR



¡Te damos la bienvenida
a nuestro comedor
escolar seguro!

Comienza
con un buen
DESAYUNO



Pan, cereales o
derivados



Leche o
derivados



Fruta fresca
y hortalizas



Si hemos Comido:	Podemos cenar:
Cereales, féculas o legumbres	Hortalizas crudas o legumbres cocidas
Verduras	Cereales o féculas
Carne	Pescado o huevo
Pescado	Carne magra o huevo
Huevo	Pescado o carne magra
Fruta	Lácteos o fruta
Lácteos	Fruta

LOS GUARDIANES DE LA SALUD



1 Estamos preparados para garantizar la Seguridad de los niños y niñas en el aula-comedor.

2

Desarrollamos e implantamos nuestros Protocolos de Seguridad y Prevención, verificados por Bureau Veritas Certification.



3

El bienestar de todas las familias es nuestra prioridad.

Notas

Empresa adherida al PLAN de colaboración para la mejora de la composición de los alimentos y bebidas y otras medidas 2020

En caso de alergias o intolerancias procurar mantener una buena alimentación sustituyendo los alimentos no tolerados por otros dentro de la misma familia.

Nuestra empresa somete a congelación el pescado que vaya a ser consumido crudo o poco hecho, según establece el RD 1420/2006. Según lo establecido en el RE 1169/2011, la cocina dispone de información sobre el contenido en alérgenos de los menús elaborados.

