



Lunes

31 Kcal HC Lip Prot

NO LECTIVO

Martes

1 Kcal HC Lip Prot

FESTIVO



Miércoles

2 Kcal HC Lip Prot

Macarrones con salsa de queso  
Suprema de merluza con salsa de tomate y albahaca  
Ensalada de lechuga y aceituna  
Yogur

Jueves

3 Kcal HC Lip Prot

Lentejas/alubias blancas guisadas a la hortelana  
Lomo de cerdo a la plancha  
Salteado bicolor de guisantes y zanahoria  
Fruta de temporada

Viernes

4 Kcal HC Lip Prot

Crema de zanahoria natural  
Filete de pollo a la plancha  
Arroz pilaf

Fruta de temporada

Este menú se ha diseñado siguiendo los criterios nutricionales que marca el Documento de Consenso sobre Alimentación en los Centros Educativos de ámbito nacional

7 Kcal HC Lip Prot

Brócoli rehogado con ajo y cebolla  
Albóndigas al horno con salsa rubia  
Arroz blanco salteado  
Fruta de temporada

8 Kcal HC Lip Prot

Alubias blancas al estilo tradicional  
Fingers de pollo  
Ensalada de tomate y lechuga  
Yogur

9 Kcal HC Lip Prot

FESTIVO

14 Kcal HC Lip Prot

Judías verdes con patatas  
Salchichas encebolladas  
Ensalada de tomate y cebolla con orégano  
Fruta de temporada

15 Kcal HC Lip Prot

Paella extremeña  
Medallón de bacalao con salsa de tomate  
Ensalada de lechuga y aceitunas  
Fruta de temporada

16 Kcal HC Lip Prot

Sopa de cocido  
Cocido tradicional  
Yogur

21 Kcal HC Lip Prot

Macarrones al pomodoro  
Merluza en salsa verde  
Ensalada de lechuga, zanahoria y maíz  
Fruta de temporada

22 Kcal HC Lip Prot

Guiso de patatas con chistorra  
Churrasquito de pollo al aliño de pimentón  
Ensalada de lechuga y tomate  
Fruta de temporada

23 Kcal HC Lip Prot

Lentejas/alubias blancas guisadas  
Fingers de pollo  
Ensalada de tomate y cebolla con orégano  
Yogur

28 Kcal HC Lip Prot

Wok de arroz salteado con verduras  
Suprema de merluza al horno  
Ensalada de lechuga y tomate  
Fruta de temporada

29 Kcal HC Lip Prot

Alubias blancas con calabaza  
Filete ruso a la plancha  
Ensalada de tomate, cebolla y orégano  
Fruta de temporada

30 Kcal HC Lip Prot

Guisantes con virutas de jamón  
Salchichas frescas  
Ensalada de lechuga, tomate y zanahoria  
Helado



11 Kcal HC Lip Prot

Crema Alicia  
Cuarto trasero de pollo con miel, romero y limón  
Patatas fritas  
Fruta de temporada

18 Kcal HC Lip Prot

Crema de calabaza asada con un toque de naranja  
Filete de pollo a la plancha  
Ensalada de lechuga y remolacha  
Fruta de temporada

25 JORNADA DE MÉXICO

Ensalada de tomate y elote/sopa de arroz hasta 3º primaria  
Quesadillas de jamón y queso  
Guacamole con pico de gallo  
Flan

