

# Menú de: MAYO 2025

## Lunes



**5** Kcal 605 HC 80 Lip 20 Prot 16

Judías verdes salteadas con patata y zanahoria  
Canelones de carne gratinados

Fruta de temporada

**12** Kcal 706 HC 109 Lip 22 Prot 16

Arroz blanco con tomate frito  
Tortilla de patata  
Ensalada de lechuga y zanahoria

Fruta de temporada

**19** Kcal 677 HC 67 Lip 31 Prot 29

Brócoli rehogado  
Albóndigas de cerdo en salsa de verduras  
Patatas fritas

Fruta de temporada

**26** Kcal 593 HC 91 Lip 14 Prot 26

Fusilli con salsa de tomate  
Merluza al horno con perejil fresco  
Ensalada de lechuga y aceitunas

Fruta de temporada

## Martes

**6** Kcal 622 HC 90 Lip 17 Prot 26

Arroz negro con calamares  
Suprema de merluza en salsa marinera  
Ensalada de lechuga y zanahoria  
Fruta de temporada

**13** Kcal 582 HC 85 Lip 15 Prot 24

Sopa de cocido  
Cocido tradicional

Fruta de temporada

**20** Kcal 724 HC 106 Lip 23 Prot 24

Arroz blanco con tomate frito  
Varitas de merluza  
Ensalada de lechuga y maíz

Fruta de temporada

**27** Kcal 625 HC 90 Lip 17 Prot 27

Arroz al curry con verduras  
Churrasquito de pollo con aliño de pimentón  
Ensalada de tomate y cebolla  
Fruta de temporada

## Miércoles

**7** Kcal 582 HC 74 Lip 21 Prot 24

Crema de verduras al natural  
Ragout de pollo al estilo tradicional  
Patatas asadas

Fruta de temporada

**14** Kcal 595 HC 69 Lip 23 Prot 27

Crema de puerros natural  
Estofado de cerdo en salsa  
Patatas asadas

Fruta de temporada

**21** Kcal 696 HC 75 Lip 29 Prot 34

Alubias blancas al estilo tradicional  
Huevos revueltos con jamón y queso  
Ensalada de tomate y lechuga  
Fruta de temporada

**28** Kcal 576 HC 79 Lip 15 Prot 24

Sopa de cocido  
Cocido tradicional completo  
Helado

## Jueves



**8** Kcal 620 HC 80 Lip 21 Prot 27

Alubias blancas guisadas a la jardinera  
Revuelto de huevo con patatas  
Ensalada de lechuga y remolacha  
Fruta de temporada

**15**

**Festivo**

**22** Kcal 591 HC 71 Lip 21 Prot 29

Sopa maravilla  
Filete de abadejo en tempura  
Ensalada de lechuga y remolacha

Yogur

**29** Kcal 627 HC 78 Lip 26 Prot 17

Crema de calabaza natural  
Tortilla de patata  
Ensalada de lechuga y zanahoria

Yogur

## Viernes

**2**



**9** Kcal 555 HC 65 Lip 19 Prot 31

Sopa de caracolas  
Cinta de lomo adobado a la plancha  
Ensalada de lechuga, naranja y maíz  
Yogur

**16** Kcal 682 HC 90 Lip 18 Prot 39

Lentejas guisadas a la hortelana  
Filete de pollo al curry  
Arroz blanco

Fruta de temporada

**23** Kcal 545 HC 75 Lip 15 Prot 26

Crema hortelana  
Cuarto trasero de pollo asado con miel y romero  
Arroz pilaf

Fruta de temporada

**30** Kcal 748 HC 85 Lip 28 Prot 39

Lentejas guisadas con zanahorias  
Estofado de cerdo en salsa española  
Salteado de verduras dado  
Fruta de temporada



# Menú de: MAYO 2025 Nido

## Lunes



**5** Kcal 605 HC 80 Lip 20 Prot 16

Crema de judías verdes y verduras  
Macarrones con boloñesa

Fruta de temporada

**12** Kcal 706 HC 109 Lip 22 Prot 16

Arroz blanco con tomate frito  
Tortilla de patata

Fruta de temporada

**19** Kcal 677 HC 67 Lip 31 Prot 29

Puré de brócoli con verduras  
Albóndigas de cerdo en salsa de verduras  
Patatas fritas  
Fruta de temporada

**26** Kcal 593 HC 91 Lip 14 Prot 26

Fusilli con salsa de tomate  
Merluza al horno con perejil fresco

Fruta de temporada

## Martes

**6** Kcal 622 HC 90 Lip 17 Prot 26

Arroz con calamares  
Suprema de merluza en salsa marinera

Fruta de temporada

**13** Kcal 582 HC 85 Lip 15 Prot 24

Sopa de cocido  
Cocido tradicional

Fruta de temporada

**20** Kcal 724 HC 106 Lip 23 Prot 24

Arroz blanco con tomate frito  
Varitas de merluza

Fruta de temporada

**27** Kcal 625 HC 90 Lip 17 Prot 27

Arroz con verduras  
Churrasquito de pollo en su jugo

Fruta de temporada

## Miércoles

**7** Kcal 582 HC 74 Lip 21 Prot 24

Crema de verduras al natural  
Ragout de pollo al estilo tradicional  
Patatas asadas

Fruta de temporada

**14** Kcal 595 HC 69 Lip 23 Prot 27

Crema de puerros natural  
Estofado de cerdo en salsa  
Patatas asadas

Fruta de temporada

**21** Kcal 696 HC 75 Lip 29 Prot 34

Alubias blancas al estilo tradicional  
Huevos revueltos con jamón y queso

Fruta de temporada

**28** Kcal 576 HC 79 Lip 15 Prot 24

Sopa de cocido  
Cocido tradicional completo

Yogur natural

## Jueves



**8** Kcal 620 HC 80 Lip 21 Prot 27

Alubias blancas guisadas a la jardinera  
Revuelto de huevo con patatas

Fruta de temporada

**15**

**Festivo**

**22** Kcal 591 HC 71 Lip 21 Prot 29

Sopa maravilla  
Filete de abadejo en tempura

Yogur natural

**29** Kcal 627 HC 78 Lip 26 Prot 17

Crema de calabaza natural  
Tortilla de patata

Yogur natural

## Viernes



**9** Kcal 555 HC 65 Lip 19 Prot 31

Sopa de caracolas  
Cinta de lomo adobado a la plancha

Yogur natural

**16** Kcal 682 HC 90 Lip 18 Prot 39

Lentejas guisadas a la hortelana  
Filete de pollo en su jugo  
Arroz blanco

Fruta de temporada

**23** Kcal 545 HC 75 Lip 15 Prot 26

Crema hortelana  
Pollo asado  
Arroz pilaf

Fruta de temporada

**30** Kcal 748 HC 85 Lip 28 Prot 39

Lentejas guisadas con zanahorias  
Estofado de cerdo en salsa española  
Salteado de verduras dado  
Fruta de temporada



# Menú de: MAYO 2025 Sin gluten

## Lunes



**5** Kcal 605 HC 80 Lip 20 Prot 16

Judías verdes salteadas con patata y zanahoria  
Macarrones s/g con boloñesa

Fruta de temporada

**12** Kcal 706 HC 109 Lip 22 Prot 16

Arroz blanco con tomate frito  
Tortilla de patata  
Ensalada de lechuga y zanahoria

Fruta de temporada

**19** Kcal 677 HC 67 Lip 31 Prot 29

Brócoli rehogado  
Albóndigas de cerdo en salsa de verduras

Patatas fritas  
Fruta de temporada

**26** Kcal 593 HC 91 Lip 14 Prot 26

Espirales s/g con salsa de tomate  
Merluza al horno con perejil fresco  
Ensalada de lechuga y aceitunas

Fruta de temporada

## Martes

**6** Kcal 622 HC 90 Lip 17 Prot 26

Arroz negro con calamares  
Suprema de merluza en salsa marinera  
Ensalada de lechuga y zanahoria  
Fruta de temporada

**13** Kcal 582 HC 85 Lip 15 Prot 24

Sopa de cocido, fideos s/g  
Cocido tradicional

Fruta de temporada

**20** Kcal 724 HC 106 Lip 23 Prot 24

Arroz blanco con tomate frito  
Varitas de merluza caseras s/g  
Ensalada de lechuga y maíz

Fruta de temporada

**27** Kcal 625 HC 90 Lip 17 Prot 27

Arroz al curry con verduras  
Churrasquito de pollo con aliño de pimentón  
Ensalada de tomate y cebolla

Fruta de temporada

## Miércoles

**7** Kcal 582 HC 74 Lip 21 Prot 24

Crema de verduras al natural  
Ragout de pollo al estilo tradicional  
Patatas asadas

Fruta de temporada

**14** Kcal 595 HC 69 Lip 23 Prot 27

Crema de puerros natural  
Estofado de cerdo en salsa  
Patatas asadas

Fruta de temporada

**21** Kcal 696 HC 75 Lip 29 Prot 34

Alubias blancas al estilo tradicional  
Huevos revueltos con jamón y queso

Ensalada de tomate y lechuga  
Fruta de temporada

**28** Kcal 576 HC 79 Lip 15 Prot 24

Sopa de cocido, fideos s/g  
Cocido tradicional completo

Helado

## Jueves



**8** Kcal 620 HC 80 Lip 21 Prot 27

Alubias blancas guisadas a la jardinera  
Revuelto de huevo con patatas  
Ensalada de lechuga y remolacha  
Fruta de temporada

**15**

**Festivo**

**22** Kcal 591 HC 71 Lip 21 Prot 29

Sopa maravilla  
Filete de abadejo en tempura (harina s/g)

Ensalada de lechuga y remolacha  
Yogur

**29** Kcal 627 HC 78 Lip 26 Prot 17

Crema de calabaza natural  
Tortilla de patata  
Ensalada de lechuga y zanahoria

Yogur

## Viernes

2



**9** Kcal 555 HC 65 Lip 19 Prot 31

Sopa de fideos s/g  
Cinta de lomo adobado a la plancha  
Ensalada de lechuga, naranja y maíz  
Yogur

**16** Kcal 682 HC 90 Lip 18 Prot 39

Alubias guisadas a la hortelana  
Filete de pollo al curry  
Arroz blanco

Fruta de temporada

**23** Kcal 545 HC 75 Lip 15 Prot 26

Crema hortelana  
Cuarto trasero de pollo asado con miel y trasero

Arroz pilaf  
Fruta de temporada

**30** Kcal 748 HC 85 Lip 28 Prot 39

Alubias guisadas con zanahorias  
Estofado de cerdo en salsa española

Salteado de verduras dado  
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

Consulte al personal de cocina la Declaración de alérgenos.

OBJETIVO DEL MES: DOY GRACIAS POR LA COMIDA



# Menú de: MAYO 2025 Sin huevo

## Lunes



**5** Kcal 605 HC 80 Lip 20 Prot 16

Judías verdes salteadas con patata y zanahoria  
Macarrones s/h con boloñesa

Fruta de temporada

**12** Kcal 706 HC 109 Lip 22 Prot 16

Arroz blanco con tomate frito  
Lomo de cerdo asado en su jugo  
Ensalada de lechuga y zanahoria

Fruta de temporada

**19** Kcal 677 HC 67 Lip 31 Prot 29

Brócoli rehogado  
Albóndigas de cerdo en salsa de verduras  
Patatas fritas

Fruta de temporada

**26** Kcal 593 HC 91 Lip 14 Prot 26

Espirales s/h con salsa de tomate  
Merluza al horno con perejil fresco  
Ensalada de lechuga y aceitunas

Fruta de temporada

## Martes

**6** Kcal 622 HC 90 Lip 17 Prot 26

Arroz negro con calamares  
Suprema de merluza en salsa marinera  
Ensalada de lechuga y zanahoria  
Fruta de temporada

**13** Kcal 582 HC 85 Lip 15 Prot 24

Sopa de cocido, fideos s/h  
Cocido tradicional

Fruta de temporada

**20** Kcal 724 HC 106 Lip 23 Prot 24

Arroz blanco con tomate frito  
Varitas de merluza  
Ensalada de lechuga y maíz

Fruta de temporada

**27** Kcal 625 HC 90 Lip 17 Prot 27

Arroz al curry con verduras  
Churrasquito de pollo con aliño de pimentón  
Ensalada de tomate y cebolla  
Fruta de temporada

## Miércoles

**7** Kcal 582 HC 74 Lip 21 Prot 24

Crema de verduras al natural  
Ragout de pollo al estilo tradicional  
Patatas asadas

Fruta de temporada

**14** Kcal 595 HC 69 Lip 23 Prot 27

Crema de puerros natural  
Estofado de cerdo en salsa  
Patatas asadas

Fruta de temporada

**21** Kcal 696 HC 75 Lip 29 Prot 34

Alubias blancas al estilo tradicional  
Filete de pollo asado  
Ensalada de tomate y lechuga

Fruta de temporada

**28** Kcal 576 HC 79 Lip 15 Prot 24

Sopa de cocido, fideos s/h  
Cocido tradicional completo

Helado

## Jueves



**8** Kcal 620 HC 80 Lip 21 Prot 27

Alubias blancas guisadas a la jardinera  
Hamburguesa a la plancha  
Ensalada de lechuga y remolacha  
Fruta de temporada

**15**

**Festivo**

**22** Kcal 591 HC 71 Lip 21 Prot 29

Sopa maravilla s/h  
Filete de abadejo en tempura  
Ensalada de lechuga y remolacha

Yogur

**29** Kcal 627 HC 78 Lip 26 Prot 17

Crema de calabaza natural  
Pinchito de pollo en adobo  
Ensalada de lechuga y zanahoria

Yogur

## Viernes

2



**9** Kcal 555 HC 65 Lip 19 Prot 31

Sopa de fideos s/h  
Cinta de lomo adobado a la plancha  
Ensalada de lechuga, naranja y maíz  
Yogur

**16** Kcal 682 HC 90 Lip 18 Prot 39

Lentejas guisadas a la hortelana  
Filete de pollo al curry  
Arroz blanco

Fruta de temporada

**23** Kcal 545 HC 75 Lip 15 Prot 26

Crema hortelana  
Cuarto trasero de pollo asado con miel y romero  
Arroz pilaf

Fruta de temporada

**30** Kcal 748 HC 85 Lip 28 Prot 39

Lentejas guisadas con zanahorias  
Estofado de cerdo en salsa española  
Salteado de verduras dado  
Fruta de temporada



# Menú de: MAYO 2025 Sin pescado

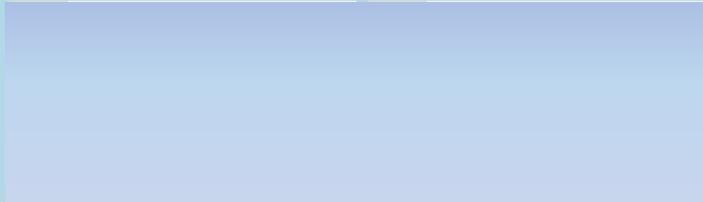
Lunes

Martes

Miércoles

Jueves

Viernes



**5** Kcal 605 HC 80 Lip 20 Prot 16

Judías verdes salteadas con patata y zanahoria  
Macarrones con boloñesa

Fruta de temporada

**6** Kcal 622 HC 90 Lip 17 Prot 26

Arroz con verduras  
Jamón de Sajonia a la plancha  
Ensalada de lechuga y zanahoria

Fruta de temporada

**7** Kcal 582 HC 74 Lip 21 Prot 24

Crema de verduras al natural  
Ragout de pollo al estilo tradicional  
Patatas asadas

Fruta de temporada

**8** Kcal 620 HC 80 Lip 21 Prot 27

Alubias blancas guisadas a la jardinera  
Revuelto de huevo con patatas  
Ensalada de lechuga y remolacha  
Fruta de temporada

**9** Kcal 555 HC 65 Lip 19 Prot 31

Sopa de caracolas  
Cinta de lomo adobado a la plancha  
Ensalada de lechuga, naranja y maíz  
Yogur

**12** Kcal 706 HC 109 Lip 22 Prot 16

Arroz blanco con tomate frito  
Tortilla de patata  
Ensalada de lechuga y zanahoria

Fruta de temporada

**13** Kcal 582 HC 85 Lip 15 Prot 24

Sopa de cocido  
Cocido tradicional

Fruta de temporada

**14** Kcal 595 HC 69 Lip 23 Prot 27

Crema de puerros natural  
Estofado de cerdo en salsa  
Patatas asadas

Fruta de temporada

**15**

**Festivo**

**16** Kcal 682 HC 90 Lip 18 Prot 39

Lentejas guisadas a la hortelana  
Filete de pollo al curry  
Arroz blanco

Fruta de temporada

**19** Kcal 677 HC 67 Lip 31 Prot 29

Brócoli rehogado  
Albóndigas de cerdo en salsa de verduras  
Patatas fritas  
Fruta de temporada

**20** Kcal 724 HC 106 Lip 23 Prot 24

Arroz blanco con tomate frito  
Fingers de pollo  
Ensalada de lechuga y maíz

Fruta de temporada

**21** Kcal 696 HC 75 Lip 29 Prot 34

Alubias blancas al estilo tradicional  
Huevos revueltos con jamón y queso  
Ensalada de tomate y lechuga  
Fruta de temporada

**22** Kcal 591 HC 71 Lip 21 Prot 29

Sopa maravilla  
Lomo de cerdo asado  
Ensalada de lechuga y remolacha

Yogur

**23** Kcal 545 HC 75 Lip 15 Prot 26

Crema hortelana  
Cuarto trasero de pollo asado con miel y romero  
Arroz pilaf  
Fruta de temporada

**26** Kcal 593 HC 91 Lip 14 Prot 26

Fusilli con salsa de tomate  
Huevos revueltos  
Ensalada de lechuga y aceitunas

Fruta de temporada

**27** Kcal 625 HC 90 Lip 17 Prot 27

Arroz al curry con verduras  
Churrasquito de pollo con aliño de pimentón

Ensalada de tomate y cebolla  
Fruta de temporada

**28** Kcal 576 HC 79 Lip 15 Prot 24

Sopa de cocido  
Cocido tradicional completo

Helado

**29** Kcal 627 HC 78 Lip 26 Prot 17

Crema de calabaza natural  
Tortilla de patata  
Ensalada de lechuga y zanahoria

Yogur

**30** Kcal 748 HC 85 Lip 28 Prot 39

Lentejas guisadas con zanahorias  
Estofado de cerdo en salsa española

Salteado de verduras dado  
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

Consulte al personal de cocina la Declaración de alérgenos.

OBJETIVO DEL MES: DOY GRACIAS POR LA COMIDA



# Menú de: MAYO 2025 Sin leche

## Lunes



**5** Kcal 605 HC 80 Lip 20 Prot 16

Judías verdes salteadas con patata y zanahoria  
Macarrones con boloñesa

Fruta de temporada

**12** Kcal 706 HC 109 Lip 22 Prot 16

Arroz blanco con tomate frito  
Tortilla de patata  
Ensalada de lechuga y zanahoria

Fruta de temporada

**19** Kcal 677 HC 67 Lip 31 Prot 29

Brócoli rehogado  
Albóndigas de cerdo en salsa de verduras

Patatas fritas  
Fruta de temporada

**26** Kcal 593 HC 91 Lip 14 Prot 26

Fusilli con salsa de tomate  
Merluza al horno con perejil fresco  
Ensalada de lechuga y aceitunas

Fruta de temporada

## Martes

**6** Kcal 622 HC 90 Lip 17 Prot 26

Arroz con verduras  
Suprema de merluza en salsa marinera  
Ensalada de lechuga y zanahoria  
Fruta de temporada

**13** Kcal 582 HC 85 Lip 15 Prot 24

Sopa de cocido  
Cocido tradicional

Fruta de temporada

**20** Kcal 724 HC 106 Lip 23 Prot 24

Arroz blanco con tomate frito  
Varitas de merluza  
Ensalada de lechuga y maíz

Fruta de temporada

**27** Kcal 625 HC 90 Lip 17 Prot 27

Arroz al curry con verduras  
Churrasquito de pollo con aliño de pimentón  
Ensalada de tomate y cebolla  
Fruta de temporada

## Miércoles

**7** Kcal 582 HC 74 Lip 21 Prot 24

Crema de verduras al natural  
Ragout de pollo al estilo tradicional  
Patatas asadas

Fruta de temporada

**14** Kcal 595 HC 69 Lip 23 Prot 27

Crema de puerros natural  
Estofado de cerdo en salsa  
Patatas asadas

Fruta de temporada

**21** Kcal 696 HC 75 Lip 29 Prot 34

Alubias blancas al estilo tradicional  
Huevos revueltos con jamón  
Ensalada de tomate y lechuga

Fruta de temporada

**28** Kcal 576 HC 79 Lip 15 Prot 24

Sopa de cocido  
Cocido tradicional completo  
Gelatina

## Jueves



**8** Kcal 620 HC 80 Lip 21 Prot 27

Alubias blancas guisadas a la jardinera  
Revuelto de huevo con patatas  
Ensalada de lechuga y remolacha  
Fruta de temporada

**15**

**Festivo**

**22** Kcal 591 HC 71 Lip 21 Prot 29

Sopa maravilla  
Filete de abadejo en tempura  
Ensalada de lechuga y remolacha

Yogur de soja/gelatina

**29** Kcal 627 HC 78 Lip 26 Prot 17

Crema de calabaza natural  
Tortilla de patata  
Ensalada de lechuga y zanahoria

Yogur de soja

## Viernes

2



**9** Kcal 555 HC 65 Lip 19 Prot 31

Sopa de caracolas  
Cinta de lomo adobado a la plancha  
Ensalada de lechuga, naranja y maíz  
Yogur de soja/gelatina

**16** Kcal 682 HC 90 Lip 18 Prot 39

Lentejas guisadas a la hortelana  
Filete de pollo al curry  
Arroz blanco

Fruta de temporada

**23** Kcal 545 HC 75 Lip 15 Prot 26

Crema hortelana  
Cuarto trasero de pollo asado con miel y romero

Arroz pilaf  
Fruta de temporada

**30** Kcal 748 HC 85 Lip 28 Prot 39

Lentejas guisadas con zanahorias  
Estofado de cerdo en salsa española  
Salteado de verduras dado  
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

Consulte al personal de cocina la Declaración de alérgenos.

OBJETIVO DEL MES: DOY GRACIAS POR LA COMIDA

