

ABRIL 2026 BASAL

LUNES

MARTES

MIÉRCOLES

JUEVES

VIERNES

DIA 6

DIA 7

DIA 8

DIA 9

DIA 10

DIA 13

DIA 14

DIA 15

DIA 16

DIA 17

DIA 20

DIA 21

DIA 22

DIA 23

DIA 24

DIA 27

DIA 28

DIA 29

DIA 30

KCAL	Hidr.(g)	Lípid.(g)	Prot.(g)
531,07	76,10	19,07	20,07

Crema de zanahoria
Albóndigas de pollo y pavo en salsa (6, 19, T1, T3)
Patatas panaderas (12)
Pan integral (1, T6, T10, T11)
Pera
CENA: Verdura y ternera

KCAL	Hidr.(g)	Lípid.(g)	Prot.(g)
577,75	75,88	21,01	22,36

Sopa de estrellas (1, 9, T3, T6, T10)
Tortilla francesa (3)
Patatas panaderas (12)
Pan (1, T6, T10, T11)
Mandarina
CENA: Verdura y pescado

KCAL	Hidr.(g)	Lípid.(g)	Prot.(g)
758,60	111,24	26,38	30,12

Lentejas estofadas con arroz integral (19, T1)
Tortilla de patata (3)
Ensalada de lechuga, tomate y zanahoria (12)
Pan (1, T6, T10, T11)
Mandarina
CENA: Verdura y pavo

KCAL	Hidr.(g)	Lípid.(g)	Prot.(g)
676,86	99,23	25,96	21,23

Espaguetis con salsa de tomate casera (1, T3, T6, T10)
Tortilla francesa (3)
Ensalada de lechuga, tomate y cebolla (12)
Pan integral (1, T6, T10, T11)
Naranja
CENA: Ensalada y ternera

KCAL	Hidr.(g)	Lípid.(g)	Prot.(g)
624,87	87,13	19,70	32,73

Cocido: sopa de fideos integrales (1, T3, T6, T10)
Garbanzos, pollo, ternera, patata y zanahoria (12, 19)
Pan (1, T6, T10, T11)
Naranja
CENA: Ensalada y pavo

KCAL	Hidr.(g)	Lípid.(g)	Prot.(g)
634,30	87,02	25,92	30,66

JORNADA GASTRONÓMICA
Frijoles con arroz integral (19)
Fajitas de pollo con verduritas (pimiento, cebolla y ajo) (1)
Ensalada de lechuga, tomate y maíz (12)
Pan (1, T6, T10, T11)
Naranja
CENA: Ensalada y pescado

KCAL	Hidr.(g)	Lípid.(g)	Prot.(g)
615,52	89,55	19,23	30,97

Cocido: sopa de fideos (1, T3, T6, T10)
Garbanzos, pollo, ternera, patata y zanahoria (12, 19)
Pan (1, T6, T10, T11)
Pera
CENA: Ensalada y pescado

KCAL	Hidr.(g)	Lípid.(g)	Prot.(g)
574,93	98,34	13,03	22,09

Brócoli a la bilbaína (12)
Puchero de garbanzos con bacalao (4, 19)
Arroz integral
Pan (1, T6, T10, T11)
Mandarina
CENA: Verdura y pollo

KCAL	Hidr.(g)	Lípid.(g)	Prot.(g)
744,82	100,51	32,08	23,41

Espaguetis con calabacín (1, T3, T6, T10)
Revuelto de huevo con jamón York (3, 6)
Ensalada de lechuga, tomate y maíz (12)
Pan (1, T6, T10, T11)
Manzana ecológica
CENA: Verdura y ternera

KCAL	Hidr.(g)	Lípid.(g)	Prot.(g)
654,02	88,40	21,97	25,38

Fideuá con verduras (calabacín y pimientos) (1, T3, T6, T10)
Dorado al horno (2, 4)
Ensalada de lechuga, zanahoria y maíz (12)
Pan integral (1, T6, T10, T11)
Manzana
CENA: Verdura y ternera

KCAL	Hidr.(g)	Lípid.(g)	Prot.(g)
911,79	113,20	39,91	28,33

Macarrones a la boloñesa (1, 12, T3)
Boquerones a la andaluza (1, 2, 3, 4, 12, T2, T3, T4, T6, T7, T10, T14)
Ensalada de lechuga, zanahoria y maíz (12)
Pan integral (1, T6, T10, T11)
Manzana
CENA: Verdura y ternera

KCAL	Hidr.(g)	Lípid.(g)	Prot.(g)
574,93	98,34	13,03	22,09

Brócoli a la bilbaína (12)
Puchero de garbanzos con bacalao (4, 19)
Arroz integral
Pan (1, T6, T10, T11)
Mandarina
CENA: Verdura y pollo

KCAL	Hidr.(g)	Lípid.(g)	Prot.(g)
574,93	98,34	13,03	22,09

Brócoli a la bilbaína (12)
Puchero de garbanzos con bacalao (4, 19)
Arroz integral
Pan (1, T6, T10, T11)
Mandarina
CENA: Verdura y pollo

KCAL	Hidr.(g)	Lípid.(g)	Prot.(g)
574,93	98,34	13,03	22,09

Brócoli a la bilbaína (12)
Puchero de garbanzos con bacalao (4, 19)
Arroz integral
Pan (1, T6, T10, T11)
Mandarina
CENA: Verdura y pollo

KCAL	Hidr.(g)	Lípid.(g)	Prot.(g)
525,15	65,53	19,07	21,62

Crema de verdura (calabacín ECO, brócoli, zanahoria, patatas y puerro)
Filetes de pollo en salsa
Zanahoria glaseada
Pan (1, T6, T10, T11)
Pera
CENA: Ensalada y pavo

KCAL	Hidr.(g)	Lípid.(g)	Prot.(g)
743,10	103,08	28,82	27,82

Judías verdes a la bilbaína (12, 19)
Escalope de pollo (casero) (1, 3, 12, T1, T6, T10, T11)
Ensalada de lechuga, tomate y cebolla (12)
Pan (1, T6, T10, T11)
Plátano
CENA: Verdura y pescado

KCAL	Hidr.(g)	Lípid.(g)	Prot.(g)
570,22	91,58	10,86	18,33

Crema de calabaza ECO (con patata)
Quinoa con verduritas y salteado de pollo
Pan (1, T6, T10, T11)
Pera
CENA: Verdura y pavo

KCAL	Hidr.(g)	Lípid.(g)	Prot.(g)
576,60	85,86	13,26	26,28

Arroz caldoso con verduras (19)
Contramuslo al horno a las finas hierbas (12)
Ensalada de lechuga y maíz (12)
Pan integral (1, T6, T10, T11)
Naranja
CENA: Verdura y pavo

KCAL	Hidr.(g)	Lípid.(g)	Prot.(g)
711,87	92,07	25,25	38,93

Lentejas estofadas con verduras (patata, zanahoria y pimiento) (19, T1)
Salmón con salsa de eneldo (4, T2)
Ensalada de lechuga, tomate y zanahoria (12)
Pan integral (1, T6, T10, T11)
Yogur natural (7)
CENA: Verdura y huevo

KCAL	Hidr.(g)	Lípid.(g)	Prot.(g)
673,77	92,36	20,90	32,80

Arroz con salsa casera de tomate
Merluza a la vizcaina (pimiento y puerro) (4, T2, T14)
Ensalada de lechuga, zanahoria y maíz (12)
Pan integral (1, T6, T10, T11)
Yogur natural (7)
CENA: Ensalada y pollo

KCAL	Hidr.(g)	Lípid.(g)	Prot.(g)
634,29	100,61	18,70	27,42

Paella Valenciana (pollo y judías verdes) (19)
Bacalao al pil pil (ajo y perejil) (4)
Ensalada de lechuga, tomate y cebolla (12)
Pan integral (1, T6, T10, T11)
Yogur natural (7)
CENA: Ensalada y huevo

Valoración nutricional: Calcio 77,4 Hierro 12,7 Sodio 278,1 Vit. A 499,4 Vit. B1 0,1 Vit. B2 0,2 Vit. C 42,8 Ác. fólico 46,1 Fibra 9,0 Colest. 14,9 AGS 3,7 AGM 1,3 AGP 0,4

Los valores nutricionales teóricos para el grupo de edad entre 6 y 9 años.

El menú irá acompañado de agua. Además, se ofertará leche como complemento de postre, ofreciendo las correspondientes alternativas en casos de alergias e intolerancias alimentarias.

*La fruta indicada es orientativa, y podrá sufrir cambios en función al punto de maduración de la misma.



¡A comer!

Desde **SECOEduca**[®]
(departamento de Educación)
estudiamos y coordinamos los
Programas Socioeducativos

para los centros a los que prestamos nuestro servicio, basándonos en una metodología que fomente el desarrollo de vivencias lúdicas positivas para las niñas y niños, las familias y el propio centro educativo, facilitando así la conciliación familiar.

Con nuestro lema
"aprende, disfruta y convive"

mes a mes, pretendemos conseguir en los niños y niñas aprendizajes valiosos como una diversión saludable, colaborar entre nosotros y nosotras, practicar en diferentes deportes, disfrutar con la comida, potenciar la creatividad y la imaginación, convivir, crear juntos un espacio más sostenible y respetuoso con el planeta.

En todos nuestros menús se incluyen
**productos de temporada,
ecológicos e integrales.**

Súper Protein

Súper Vitamin



Sugerencias de desayuno y meriendas

introduciendo un alimento de los grupos de los lácteos (leche, yogures, quesos, etc.), cereales y derivados (pan, cereales de desayuno sin azúcar..., todos ellos preferentemente integrales) y frutas (enteras mejor que en zumos, aún siendo naturales).

Otro grupo que se puede incorporar es el de los lípidos (grasas), como el aceite de oliva virgen extra y las proteínas. Es fundamental la variedad de los mismos.

La práctica de ejercicio físico y de actividades deportivas saludables

en la infancia y adolescencia genera grandes beneficios a corto, medio y largo plazo. Es fuente de bienestar físico y psíquico, contribuye al desarrollo integral de la persona y mejora el rendimiento escolar y la sociabilidad, además de actuar como factor de protección frente a otros hábitos no saludables.

Sugerencias de cena

Estructura a seguir en la elaboración de menús

	Menu TIPO A	Menu TIPO B
Primer plato	Farináceos o legumbres ●	Verduras y hortalizas ●
Segundo plato	Alimentos proteicos ●	Alimentos proteicos ●
Guarnición	Verduras y hortalizas ●	Farináceos ●
Postre	Frutas ● y/o lácteos ●	Frutas ● y/o lácteos ●
Pan	Cereales ●	Cereales ●
Bebida	Agua ●	Agua ●



Menú elaborado y supervisado por el departamento de Nutrición y Seguridad Alimentaria de SECOE.

R.S.26.00012504/M. Según el Reglamento 1169/2011 de información facilitada al consumidor, se informa sobre alérgenos presentes en alimentos no envasados. Para cualquier otra información contacte con nuestras oficinas centrales en el teléfono 91 632 45 75, en info@secoe.es o en Calle de Joaquín Turina, 2, 28224, Pozuelo de Alarcón, Madrid | secoe.es

secoe[®]

ABRIL 2026 ALERGIA A LEGUMBRES

LUNES

MARTES

MIÉRCOLES

JUEVES

VIERNES

DIA 6

DIA 7

DIA 8

DIA 9

DIA 10

DIA 13

DIA 14

DIA 15

DIA 16

DIA 17

DIA 20

DIA 21

DIA 22

DIA 23

DIA 24

DIA 27

DIA 28

DIA 29

DIA 30

KCAL	Hidr.(g)	Lípid.(g)	Prot.(g)
492,56	60,68	16,72	20,90

Crema de zanahoria
Albóndigas de pollo en salsa (caseras)
Patatas panaderas (12)
Pera
CENA: Verdura y ternera

KCAL	Hidr.(g)	Lípid.(g)	Prot.(g)
545,90	59,04	27,08	16,83

Sopa de fideos (sin gluten/huevo) (12)
Tortilla francesa (3)
Patatas panaderas (12)
Mandarina
CENA: Verdura y pescado

KCAL	Hidr.(g)	Lípid.(g)	Prot.(g)
497,92	71,19	24,48	11,12

Crema de zanahoria
Tortilla de patata (3)
Ensalada de lechuga, tomate y zanahoria (12)
Mandarina
CENA: Verdura y pavo

KCAL	Hidr.(g)	Lípid.(g)	Prot.(g)
604,15	82,63	26,63	19,50

Espaguetis con salsa de tomate casera (sin gluten/huevo)
Tortilla francesa (3)
Ensalada de lechuga, tomate y cebolla (12)
Naranja
CENA: Ensalada y ternera

KCAL	Hidr.(g)	Lípid.(g)	Prot.(g)
558,43	47,69	26,46	31,75

Sopa de fideos (sin gluten/huevo) (12)
carne de pollo, ternera, patata y zanahoria (12)
Naranja
CENA: Ensalada y pavo

KCAL	Hidr.(g)	Lípid.(g)	Prot.(g)
335,11	24,81	20,26	14,42

Fideuá con verduras (calabacín y pimientos) (sin gluten/huevo)
Dorado al horno (2, 4)
Ensalada de lechuga, zanahoria y maíz (12)
Manzana
CENA: Verdura y ternera

KCAL	Hidr.(g)	Lípid.(g)	Prot.(g)
578,27	78,68	18,81	24,74

Macarrones a la boloñesa (sin gluten/huevo) (12)
Salmón al horno (4, T2)
Ensalada de lechuga, zanahoria y maíz (12)
Manzana
CENA: Verdura y ternera

KCAL	Hidr.(g)	Lípid.(g)	Prot.(g)
539,10	70,09	15,32	14,96

Brócoli a la bilbaína (12)
Quinoa con verduritas y salteado de pollo
Arroz integral
Mandarina
CENA: Verdura y pollo

KCAL	Hidr.(g)	Lípid.(g)	Prot.(g)
648,06	80,36	34,17	18,92

Espaguetis con calabacín (sin gluten/sin huevo)
Revuelto de huevo con calabacín (3)
Ensalada de lechuga, tomate y maíz (12)
Manzana ecológica
CENA: Verdura y ternera

KCAL	Hidr.(g)	Lípid.(g)	Prot.(g)
567,89	67,71	25,99	28,53

Patatas guisadas con verduras (pimiento y zanahoria)
Fajitas de pollo con verduritas (pimiento, cebolla y ajo) (1)
Ensalada de lechuga, tomate y maíz (12)
Naranja
CENA: Ensalada y pescado

KCAL	Hidr.(g)	Lípid.(g)	Prot.(g)
544,27	47,02	26,31	30,25

Sopa de fideos (sin gluten/huevo) (12)
carne de pollo, ternera, patata y zanahoria (12)
Pera
CENA: Ensalada y pescado

KCAL	Hidr.(g)	Lípid.(g)	Prot.(g)
430,87	46,73	18,43	18,29

Crema de verdura (calabacín ECO, brócoli, zanahoria, patatas y puerro)
Filetes de pollo en salsa
Zanahoria glaseada
Pera
CENA: Ensalada y pavo

KCAL	Hidr.(g)	Lípid.(g)	Prot.(g)
613,79	87,06	25,32	22,05

Crema de calabacín (con patata)
Escalope de pollo (sin gluten/huevo)
Ensalada de lechuga, tomate y cebolla (12)
Plátano
CENA: Verdura y pescado

KCAL	Hidr.(g)	Lípid.(g)	Prot.(g)
475,94	72,78	10,22	15,00

Crema de calabaza ECO (con patata)
Quinoa con verduritas y salteado de pollo
Pera
CENA: Verdura y pavo

KCAL	Hidr.(g)	Lípid.(g)	Prot.(g)
522,15	82,21	15,03	23,24

Arroz caldoso con verduras (sin legumbre)
Contramuslo al horno a las finas hierbas (12)
Ensalada de lechuga, tomate y maíz (12)
Naranja
CENA: Verdura y pavo

KCAL	Hidr.(g)	Lípid.(g)	Prot.(g)
591,47	73,10	23,57	33,16

Patatas guisadas con verduras (pimiento y zanahoria)
Salmón con salsa de eneldo (4, T2)
Ensalada de lechuga, tomate y zanahoria (12)
Yogur natural (7)
CENA: Verdura y huevo

KCAL	Hidr.(g)	Lípid.(g)	Prot.(g)
603,07	78,26	20,42	30,30

Arroz con salsa casera de tomate
Merluza a la vizcaina (pimiento y puerro) (4, T2, T14)
Ensalada de lechuga, zanahoria y maíz (12)
Yogur natural (7)
CENA: Ensalada y pollo

KCAL	Hidr.(g)	Lípid.(g)	Prot.(g)
478,43	75,62	17,22	17,00

Arroz de la huerta (tomate, pimiento y zanahoria)
Bacalao al pil pil (ajo y perejil) (4)
Ensalada de lechuga, tomate y cebolla (12)
Yogur natural (7)
CENA: Ensalada y huevo

Valoración nutricional: Calcio 58,6 Hierro 6,6 Sodio 69,1 Vit. A 567,0 Vit. B1 0,1 Vit. B2 0,1 Vit. C 43,0 Ác. fólico 24,9 Fibra 6,7 Colest. 19,3 AGS 4,2 AGM 2,0 AGP 0,4

Los valores nutricionales teóricos para el grupo de edad entre 6 y 9 años.

El menú irá acompañado de agua. Además, se ofertará leche como complemento de postre, ofreciendo las correspondientes alternativas en casos de alergias e intolerancias alimentarias.

*La fruta indicada es orientativa, y podrá sufrir cambios en función al punto de maduración de la misma.



ABRIL 2026 ALERGIA A PESCADO Y MARISCO

LUNES

MARTES

MIÉRCOLES

JUEVES

VIERNES

DIA 6

DIA 7

DIA 8

DIA 9

DIA 10

DIA 13

DIA 14

DIA 15

DIA 16

DIA 17

DIA 20

DIA 21

DIA 22

DIA 23

DIA 24

DIA 27

DIA 28

DIA 29

DIA 30

KCAL	Hidr.(g)	Lípid.(g)	Prot.(g)
531,07	76,10	19,07	20,07

Crema de zanahoria
Albóndigas de pollo y pavo en salsa (6, 19, T1, T3)
Patatas panaderas (12)
Pan integral (1, T6, T10, T11)
Pera
CENA: Verdura y ternera

KCAL	Hidr.(g)	Lípid.(g)	Prot.(g)
577,75	75,88	21,01	22,36

Sopa de estrellas (1, 9, T3, T6, T10)
Tortilla francesa (3)
Patatas panaderas (12)
Pan (1, T6, T10, T11)
Mandarina
CENA: Verdura y cerdo

KCAL	Hidr.(g)	Lípid.(g)	Prot.(g)
758,60	111,24	26,38	30,12

Lentejas estofadas con arroz integral (19, T1)
Tortilla de patata (3)
Ensalada de lechuga, tomate y zanahoria (12)
Pan (1, T6, T10, T11)
Mandarina
CENA: Verdura y pavo

Espaguetis con salsa de tomate casera (1, T3, T6, T10)
Tortilla francesa (3)
Ensalada de lechuga, tomate y cebolla (12)
Pan integral (1, T6, T10, T11)
Naranja
CENA: Ensalada y ternera

KCAL	Hidr.(g)	Lípid.(g)	Prot.(g)
624,87	87,13	19,70	32,73

Cocido: sopa de fideos integrales (1, T3, T6, T10)
Garbanzos, pollo, ternera, patata y zanahoria (12, 19)
Pan (1, T6, T10, T11)
Naranja
CENA: Ensalada y pavo

KCAL	Hidr.(g)	Lípid.(g)	Prot.(g)
722,02	88,38	31,32	25,36

Fideuá con verduras (calabacín y pimientos) (1, T3, T6, T10)
Lacón asado en su jugo
Ensalada de lechuga, zanahoria y maíz (12)
Pan integral (1, T6, T10, T11)
Manzana
CENA: Verdura y ternera

KCAL	Hidr.(g)	Lípid.(g)	Prot.(g)
695,94	88,22	25,56	30,25

Macarrones a la boloñesa (1, 12, T3)
Filetes de pollo en salsa
Ensalada de lechuga, zanahoria y maíz (12)
Pan integral (1, T6, T10, T11)
Manzana
CENA: Verdura y ternera

Brócoli a la bilbaina (12)
Garbanzos, patata y zanahoria (19)
Arroz integral
Pan (1, T6, T10, T11)
Mandarina
CENA: Verdura y pollo

KCAL	Hidr.(g)	Lípid.(g)	Prot.(g)
744,82	100,51	32,08	23,41

Espaguetis con calabacín (1, T3, T6, T10)
Revuelto de huevo con jamón York (3, 6)
Ensalada de lechuga, tomate y maíz (12)
Pan (1, T6, T10, T11)
Manzana ecológica
CENA: Verdura y ternera

KCAL	Hidr.(g)	Lípid.(g)	Prot.(g)
634,30	87,02	25,92	30,66

JORNADA GASTRONÓMICA
Frijoles con arroz integral (19)
Fajitas de pollo con verduritas (pimiento, cebolla y ajo) (1)
Ensalada de lechuga, tomate y maíz (12)
Pan (1, T6, T10, T11)
Naranja
CENA: Ensalada y cerdo

KCAL	Hidr.(g)	Lípid.(g)	Prot.(g)
615,52	89,55	19,23	30,97

Cocido: sopa de fideos (1, T3, T6, T10)
Garbanzos, pollo, ternera, patata y zanahoria (12, 19)
Pan (1, T6, T10, T11)
Pera
CENA: Ensalada y pavo

Crema de verdura (calabacín ECO, brócoli, zanahoria, patatas y puerro)
Filetes de pollo en salsa
Zanahoria glaseada
Pan (1, T6, T10, T11)
Pera
CENA: Ensalada y pavo

KCAL	Hidr.(g)	Lípid.(g)	Prot.(g)
743,10	103,08	28,82	27,82

Judías verdes a la bilbaina (12, 19)
Escalope de pollo (casero) (1, 3, 12, T1, T6, T10, T11)
Ensalada de lechuga, tomate y cebolla (12)
Pan (1, T6, T10, T11)
Plátano
CENA: Verdura y cerdo

KCAL	Hidr.(g)	Lípid.(g)	Prot.(g)
570,22	91,58	10,86	18,33

Crema de calabaza ECO (con patata)
Quinoa con verduritas y salteado de pollo
Pan (1, T6, T10, T11)
Pera
CENA: Verdura y pavo

KCAL	Hidr.(g)	Lípid.(g)	Prot.(g)
602,25	97,67	15,51	26,28

Arroz caldoso con verduras (19)
Contramuslo al horno a las finas hierbas (12)
Ensalada de lechuga, tomate y maíz (12)
Pan integral (1, T6, T10, T11)
Naranja
CENA: Verdura y pavo

Lentejas estofadas con verduras (patata, zanahoria y pimiento) (19, T1)
Lacón a la gallega
Ensalada de lechuga, tomate y zanahoria (12)
Pan integral (1, T6, T10, T11)
Yogur natural (7)
CENA: Verdura y huevo

KCAL	Hidr.(g)	Lípid.(g)	Prot.(g)
563,12	89,26	18,17	12,91

Arroz con salsa casera de tomate
Lomo de sajonia
Ensalada de lechuga, zanahoria y maíz (12)
Pan integral (1, T6, T10, T11)
Yogur natural (7)
CENA: Ensalada y pollo

KCAL	Hidr.(g)	Lípid.(g)	Prot.(g)
603,14	100,44	18,74	19,74

Paella Valenciana (pollo y judías verdes) (19)
Lomo de sajonia
Ensalada de lechuga, tomate y cebolla (12)
Pan integral (1, T6, T10, T11)
Yogur natural (7)
CENA: Ensalada y huevo

Valoración nutricional: Calcio 77,4 Hierro 10,5 Sodio 277,9 Vit. A 479,4 Vit. B1 0,1 Vit. B2 0,2 Vit. C 40,3 Ác. fólico 46,6 Fibra 8,9 Colest. 17,6 AGS 4,1 AGM 1,2 AGP 0,4

Los valores nutricionales teóricos para el grupo de edad entre 6 y 9 años.

El menú irá acompañado de agua. Además, se ofertará leche como complemento de postre, ofreciendo las correspondientes alternativas en casos de alergias e intolerancias alimentarias.

*La fruta indicada es orientativa, y podrá sufrir cambios en función al punto de maduración de la misma.



ABRIL 2026 ALERGIA A PROTEÍNA DE LECHE DE VACA

LUNES

MARTES

MIÉRCOLES

JUEVES

VIERNES

DIA 6

DIA 7

DIA 8

DIA 9

DIA 10

DIA 13

DIA 14

DIA 15

DIA 16

DIA 17

DIA 20

DIA 21

DIA 22

DIA 23

DIA 24

DIA 27

DIA 28

DIA 29

DIA 30

KCAL	Hidr.(g)	Lípid.(g)	Prot.(g)
531,07	76,10	19,07	20,07

Crema de zanahoria
Albóndigas de pollo y pavo en salsa (6, 19, T1, T3)
Patatas panaderas (12)
Pan integral (1, T6, T10, T11)
Pera
CENA: Verdura y ternera

KCAL	Hidr.(g)	Lípid.(g)	Prot.(g)
577,75	75,88	21,01	22,36

Sopa de estrellas (1, 9, T3, T6, T10)
Tortilla francesa (3)
Patatas panaderas (12)
Pan (1, T6, T10, T11)
Mandarina
CENA: Verdura y pescado

KCAL	Hidr.(g)	Lípid.(g)	Prot.(g)
758,60	111,24	26,38	30,12

Lentejas estofadas con arroz integral (19, T1)
Tortilla de patata (3)
Ensalada de lechuga, tomate y zanahoria (12)
Pan (1, T6, T10, T11)
Mandarina
CENA: Verdura y pavo

KCAL	Hidr.(g)	Lípid.(g)	Prot.(g)
676,86	99,23	25,96	21,23

Espaguetis con salsa de tomate casera (1, T3, T6, T10)
Tortilla francesa (3)
Ensalada de lechuga, tomate y cebolla (12)
Pan integral (1, T6, T10, T11)
Naranja
CENA: Ensalada y ternera

KCAL	Hidr.(g)	Lípid.(g)	Prot.(g)
624,87	87,13	19,70	32,73

Cocido: sopa de fideos integrales (1, T3, T6, T10)
Garbanzos, pollo, ternera, patata y zanahoria (12, 19)
Pan (1, T6, T10, T11)
Naranja
CENA: Ensalada y pavo

KCAL	Hidr.(g)	Lípid.(g)	Prot.(g)
654,02	88,40	21,97	25,38

Fideuá con verduras (calabacín y pimientos) (1, T3, T6, T10)
Dorado al horno (2, 4)
Ensalada de lechuga, zanahoria y maíz (12)
Pan integral (1, T6, T10, T11)
Manzana
CENA: Verdura y ternera

KCAL	Hidr.(g)	Lípid.(g)	Prot.(g)
663,47	87,93	20,32	32,00

Macarrones a la boloñesa (1, 12, T3)
Salmón al horno (4, T2)
Ensalada de lechuga, zanahoria y maíz (12)
Pan integral (1, T6, T10, T11)
Manzana
CENA: Verdura y ternera

KCAL	Hidr.(g)	Lípid.(g)	Prot.(g)
574,93	98,34	13,03	22,09

Brócoli a la bilbaina (12)
Puchero de garbanzos con bacalao (4, 19)
Arroz integral
Pan (1, T6, T10, T11)
Mandarina
CENA: Verdura y pollo

KCAL	Hidr.(g)	Lípid.(g)	Prot.(g)
744,82	100,51	32,08	23,41

Espaguetis con calabacín (1, T3, T6, T10)
Revuelto de huevo con jamón York (3, 6)
Ensalada de lechuga, tomate y maíz (12)
Pan (1, T6, T10, T11)
Manzana ecológica
CENA: Verdura y ternera

KCAL	Hidr.(g)	Lípid.(g)	Prot.(g)
634,30	87,02	25,92	30,66

JORNADA GASTRONÓMICA
Frijoles con arroz integral (19)
Fajitas de pollo con verduritas (pimiento, cebolla y ajo) (1)
Ensalada de lechuga, tomate y maíz (12)
Pan (1, T6, T10, T11)
Naranja
CENA: Ensalada y pescado

KCAL	Hidr.(g)	Lípid.(g)	Prot.(g)
615,52	89,55	19,23	30,97

Cocido: sopa de fideos (1, T3, T6, T10)
Garbanzos, pollo, ternera, patata y zanahoria (12, 19)
Pan (1, T6, T10, T11)
Pera
CENA: Ensalada y pescado

KCAL	Hidr.(g)	Lípid.(g)	Prot.(g)
525,15	65,53	19,07	21,62

Crema de verdura (calabacín ECO, brócoli, zanahoria, patatas y puerro)
Filetes de pollo en salsa
Zanahoria glaseada
Pan (1, T6, T10, T11)
Pera
CENA: Ensalada y pavo

KCAL	Hidr.(g)	Lípid.(g)	Prot.(g)
743,10	103,08	28,82	27,82

Judías verdes a la bilbaina (12, 19)
Escalope de pollo (casero) (1, 3, 12, T1, T6, T10, T11)
Ensalada de lechuga, tomate y cebolla (12)
Pan (1, T6, T10, T11)
Plátano
CENA: Verdura y pescado

KCAL	Hidr.(g)	Lípid.(g)	Prot.(g)
570,22	91,58	10,86	18,33

Crema de calabaza ECO (con patata)
Quinoa con verduritas y salteado de pollo
Pan (1, T6, T10, T11)
Pera
CENA: Verdura y pavo

KCAL	Hidr.(g)	Lípid.(g)	Prot.(g)
602,25	97,67	15,51	26,28

Arroz caldoso con verduras (19)
Contramuslo al horno a las finas hierbas (12)
Ensalada de lechuga, tomate y maíz (12)
Pan integral (1, T6, T10, T11)
Naranja
CENA: Verdura y pavo

KCAL	Hidr.(g)	Lípid.(g)	Prot.(g)
690,37	93,94	22,75	34,81

Lentejas estofadas con verduras (patata, zanahoria y pimiento) (19, T1)
Salmón con salsa de eneldo (4, T2)
Ensalada de lechuga, tomate y zanahoria (12)
Pan integral (1, T6, T10, T11)
Gelatina
CENA: Verdura y huevo

KCAL	Hidr.(g)	Lípid.(g)	Prot.(g)
652,27	94,23	18,40	28,67

Arroz con salsa casera de tomate
Merluza a la vizcaina (pimiento y puerro) (4, T2, T14)
Ensalada de lechuga, zanahoria y maíz (12)
Pan integral (1, T6, T10, T11)
Gelatina
CENA: Ensalada y pollo

KCAL	Hidr.(g)	Lípid.(g)	Prot.(g)
612,79	102,49	16,20	23,29

Paella Valenciana (pollo y judías verdes) (19)
Bacalao al pil pil (ajo y perejil) (4)
Ensalada de lechuga, tomate y cebolla (12)
Pan integral (1, T6, T10, T11)
Gelatina
CENA: Ensalada y huevo

KCAL	Hidr.(g)	Lípid.(g)	Prot.(g)
612,79	102,49	16,20	23,29

Valoración nutricional: Calcio 53,2 Hierro 12,7 Sodio 271,5 Vit. A 507,4 Vit. B1 0,1 Vit. B2 0,2 Vit. C 43,4 Ác. fólico 45,5 Fibra 9,0 Colest. 14,1 AGS 3,3 AGM 1,0 AGP 0,4

Los valores nutricionales teóricos para el grupo de edad entre 6 y 9 años.

El menú irá acompañado de agua. Además, se ofertará leche como complemento de postre, ofreciendo las correspondientes alternativas en casos de alergias e intolerancias alimentarias.

*La fruta indicada es orientativa, y podrá sufrir cambios en función al punto de maduración de la misma.



ABRIL 2026 ALERGIA AL HUEVO

LUNES

MARTES

MIÉRCOLES

JUEVES

VIERNES

DIA 6

DIA 7

DIA 8

DIA 9

DIA 10

DIA 13

DIA 14

DIA 15

DIA 16

DIA 17

DIA 20

DIA 21

DIA 22

DIA 23

DIA 24

DIA 27

DIA 28

DIA 29

DIA 30

KCAL	Hidr.(g)	Lípid.(g)	Prot.(g)
563,27	74,78	17,20	23,39

Crema de zanahoria
Albóndigas de pollo en salsa (caseras)
Patatas panaderas (12)
Pan integral (1, T6, T10, T11)
Pera
CENA: Verdura y ternera

KCAL	Hidr.(g)	Lípid.(g)	Prot.(g)
547,98	92,74	18,17	14,71

Espaguetis con salsa de tomate casera (sin gluten/huevo)
Lomo de sajonia
Ensalada de lechuga, tomate y cebolla (12)
Pan integral (1, T6, T10, T11)
Naranja
CENA: Ensalada y ternera

KCAL	Hidr.(g)	Lípid.(g)	Prot.(g)
574,93	98,34	13,03	22,09

Brócoli a la bilbaina (12)
Puchero de garbanzos con bacalao (4, 19)
Arroz integral
Pan (1, T6, T10, T11)
Mandarina
CENA: Verdura y pollo

KCAL	Hidr.(g)	Lípid.(g)	Prot.(g)
525,15	65,53	19,07	21,62

Crema de verdura (calabacin ECO, brócoli, zanahoria, patatas y puerro)
Filetes de pollo en salsa
Zanahoria glaseada
Pan (1, T6, T10, T11)
Pera
CENA: Ensalada y pavo

KCAL	Hidr.(g)	Lípid.(g)	Prot.(g)
711,87	92,07	25,25	38,93

Lentejas estofadas con verduras (patata, zanahoria y pimiento) (19, T1)
Salmón con salsa de eneldo (4, T2)
Ensalada de lechuga, tomate y zanahoria (12)
Pan integral (1, T6, T10, T11)
Yogur natural (7)
CENA: Ensalada y cerdo

KCAL	Hidr.(g)	Lípid.(g)	Prot.(g)
647,27	74,19	27,96	25,68

Sopa de fideos (sin gluten/huevo) (12)
Lacón asado en su jugo
Patatas panaderas (12)
Pan (1, T6, T10, T11)
Mandarina
CENA: Verdura y pescado

KCAL	Hidr.(g)	Lípid.(g)	Prot.(g)
658,04	92,12	23,09	28,47

Sopa de fideos (sin gluten/huevo) (12)
Garbanzos, pollo, ternera, patata y zanahoria (12, 19)
Pan (1, T6, T10, T11)
Naranja
CENA: Ensalada y pavo

KCAL	Hidr.(g)	Lípid.(g)	Prot.(g)
754,59	97,97	33,69	27,33

Espaguetis con calabacin (sin gluten/sin huevo)
Lacón a la gallega
Ensalada de lechuga, tomate y maíz (12)
Pan (1, T6, T10, T11)
Manzana ecológica
CENA: Verdura y cerdo

KCAL	Hidr.(g)	Lípid.(g)	Prot.(g)
683,77	93,75	27,96	24,63

Judías verdes a la bilbaina (12, 19)
Escalope de pollo (sin gluten/huevo)
Ensalada de lechuga, tomate y cebolla (12)
Pan (1, T6, T10, T11)
Plátano
CENA: Verdura y pescado

KCAL	Hidr.(g)	Lípid.(g)	Prot.(g)
673,77	92,36	20,90	32,80

Arroz con salsa casera de tomate
Merluza a la vizcaina (pimiento y puerro) (4, T2, T14)
Ensalada de lechuga, zanahoria y maíz (12)
Pan integral (1, T6, T10, T11)
Yogur natural (7)
CENA: Ensalada y pollo

KCAL	Hidr.(g)	Lípid.(g)	Prot.(g)
647,27	74,19	27,96	25,68

Sopa de fideos (sin gluten/huevo) (12)
Lacón asado en su jugo
Patatas panaderas (12)
Pan (1, T6, T10, T11)
Mandarina
CENA: Verdura y pescado

KCAL	Hidr.(g)	Lípid.(g)	Prot.(g)
405,82	38,91	20,74	16,91

Fideuá con verduras (calabacin y pimientos) (sin gluten/huevo)
Dorado al horno (2, 4)
Ensalada de lechuga, zanahoria y maíz (12)
Pan integral (1, T6, T10, T11)
Manzana
CENA: Verdura y ternera

KCAL	Hidr.(g)	Lípid.(g)	Prot.(g)
634,30	87,02	25,92	30,66

JORNADA GASTRONÓMICA
Frijoles con arroz integral (19)
Fajitas de pollo con verduritas (pimiento, cebolla y ajo) (1)
Ensalada de lechuga, tomate y maíz (12)
Pan (1, T6, T10, T11)
Naranja
CENA: Ensalada y pescado

KCAL	Hidr.(g)	Lípid.(g)	Prot.(g)
570,22	91,58	10,86	18,33

Crema de calabaza ECO (con patata)
Quinoa con verduritas y salteado de pollo
Pan (1, T6, T10, T11)
Pera
CENA: Verdura y pavo

KCAL	Hidr.(g)	Lípid.(g)	Prot.(g)
634,29	100,61	18,70	27,42

Paella Valenciana (pollo y judías verdes) (19)
Bacalao al pil pil (ajo y perejil) (4)
Ensalada de lechuga, tomate y cebolla (12)
Pan integral (1, T6, T10, T11)
Yogur natural (7)
CENA: Ensalada y cerdo

KCAL	Hidr.(g)	Lípid.(g)	Prot.(g)
697,20	91,81	25,62	36,39

Lentejas estofadas con arroz integral (19, T1)
Lacón asado en su jugo
Ensalada de lechuga, tomate y zanahoria (12)
Pan (1, T6, T10, T11)
Mandarina
CENA: Verdura y pavo

KCAL	Hidr.(g)	Lípid.(g)	Prot.(g)
648,97	92,78	19,29	27,24

Macarrones a la boloñesa (sin gluten/huevo) (12)
Salmón al horno (4, T2)
Ensalada de lechuga, zanahoria y maíz (12)
Pan integral (1, T6, T10, T11)
Manzana
CENA: Verdura y ternera

KCAL	Hidr.(g)	Lípid.(g)	Prot.(g)
643,88	91,44	22,94	26,97

Sopa de fideos (sin gluten/huevo) (12)
Garbanzos, pollo, ternera, patata y zanahoria (12, 19)
Pan (1, T6, T10, T11)
Pera
CENA: Ensalada y pescado

KCAL	Hidr.(g)	Lípid.(g)	Prot.(g)
602,25	97,67	15,51	26,28

Arroz caldoso con verduras (19)
Contramuslo al horno a las finas hierbas (12)
Ensalada de lechuga, tomate y maíz (12)
Pan integral (1, T6, T10, T11)
Naranja
CENA: Verdura y pavo

Valoración nutricional: Calcio 78,3 Hierro 12,7 Sodio 289,7 Vit. A 505,8 Vit. B1 0,1 Vit. B2 0,1 Vit. C 43,5 Ác. fólico 46,1 Fibra 8,4 Colest. 18,4 AGS 3,9 AGM 1,4 AGP 0,4

Los valores nutricionales teóricos para el grupo de edad entre 6 y 9 años.

El menú irá acompañado de agua. Además, se ofertará leche como complemento de postre, ofreciendo las correspondientes alternativas en casos de alergias e intolerancias alimentarias.

*La fruta indicada es orientativa, y podrá sufrir cambios en función al punto de maduración de la misma.



ABRIL 2026 HIPERCOLESTEROLEMIA

LUNES

MARTES

MIÉRCOLES

JUEVES

VIERNES

DIA 6

DIA 7

DIA 8

DIA 9

DIA 10

DIA 13

DIA 14

DIA 15

DIA 16

DIA 17

DIA 20

DIA 21

DIA 22

DIA 23

DIA 24

DIA 27

DIA 28

DIA 29

DIA 30

KCAL	Hidr.(g)	Lípid.(g)	Prot.(g)
531,07	76,10	19,07	20,07

Crema de zanahoria
Albóndigas de pollo y pavo en salsa (6, 19, T1, T3)
Patatas panaderas (12)
Pan integral (1, T6, T10, T11)
Pera
CENA: Verdura y ternera

KCAL	Hidr.(g)	Lípid.(g)	Prot.(g)
577,75	75,88	21,01	22,36

Sopa de estrellas (1, 9, T3, T6, T10)
Tortilla francesa (3)
Patatas panaderas (12)
Pan (1, T6, T10, T11)
Mandarina
CENA: Verdura y pescado

KCAL	Hidr.(g)	Lípid.(g)	Prot.(g)
758,60	111,24	26,38	30,12

Lentejas estofadas con arroz integral (19, T1)
Tortilla de patata (3)
Ensalada de lechuga, tomate y zanahoria (12)
Pan (1, T6, T10, T11)
Mandarina
CENA: Verdura y pavo

Espaguetis con salsa de tomate casera (1, T3, T6, T10)
Tortilla francesa (3)
Ensalada de lechuga, tomate y cebolla (12)
Pan integral (1, T6, T10, T11)
Naranja
CENA: Ensalada y ternera

KCAL	Hidr.(g)	Lípid.(g)	Prot.(g)
521,91	87,29	9,53	31,79

Sopa de fideos con verduras (1, 9, T3, T6, T10)
Garbanzos, pollo, ternera, patata y zanahoria (s/c) (19)
Pan (1, T6, T10, T11)
Naranja
CENA: Ensalada y pavo

KCAL	Hidr.(g)	Lípid.(g)	Prot.(g)
654,02	88,40	21,97	25,38

Fideuá con verduras (calabacín y pimientos) (1, T3, T6, T10)
Dorado al horno (2, 4)
Ensalada de lechuga, zanahoria y maíz (12)
Pan integral (1, T6, T10, T11)
Manzana
CENA: Verdura y ternera

KCAL	Hidr.(g)	Lípid.(g)	Prot.(g)
630,12	86,55	18,83	28,40

Macarrones con salsa de tomate casera (1, T3)
Salmón al horno (4, T2)
Ensalada de lechuga, zanahoria y maíz (12)
Pan integral (1, T6, T10, T11)
Manzana
CENA: Verdura y ternera

Brócoli a la bilbaina (12)
Puchero de garbanzos con bacalao (4, 19)
Arroz integral
Pan (1, T6, T10, T11)
Mandarina
CENA: Verdura y pollo

KCAL	Hidr.(g)	Lípid.(g)	Prot.(g)
744,82	100,51	32,08	23,41

Espaguetis con calabacín (1, T3, T6, T10)
Revuelto de huevo con jamón York (3, 6)
Ensalada de lechuga, tomate y maíz (12)
Pan (1, T6, T10, T11)
Manzana ecológica
CENA: Verdura y ternera

KCAL	Hidr.(g)	Lípid.(g)	Prot.(g)
634,30	87,02	25,92	30,66

JORNADA GASTRONÓMICA
Frijoles con arroz integral (19)
Fajitas de pollo con verduritas (pimiento, cebolla y ajo) (1)
Ensalada de lechuga, tomate y maíz (12)
Pan (1, T6, T10, T11)
Naranja
CENA: Ensalada y pescado

KCAL	Hidr.(g)	Lípid.(g)	Prot.(g)
507,75	86,61	9,38	30,29

Sopa de fideos con verduras (1, 9, T3, T6, T10)
Garbanzos, pollo, ternera, patata y zanahoria (s/c) (19)
Pan (1, T6, T10, T11)
Pera
CENA: Ensalada y pescado

Crema de verdura (calabacín ECO, brócoli, zanahoria, patatas y puerro)
Filetes de pollo en salsa
Zanahoria glaseada
Pan (1, T6, T10, T11)
Pera
CENA: Ensalada y pavo

KCAL	Hidr.(g)	Lípid.(g)	Prot.(g)
581,95	72,02	27,20	22,83

Judías verdes a la bilbaina (12, 19)
Filetes de pollo en salsa
Ensalada de lechuga, tomate y cebolla (12)
Pan (1, T6, T10, T11)
Plátano
CENA: Verdura y pescado

KCAL	Hidr.(g)	Lípid.(g)	Prot.(g)
574,79	73,67	21,25	23,64

Crema de calabaza ECO (con patata)
Filetes de pollo en salsa
Patata hervida
Pan (1, T6, T10, T11)
Pera
CENA: Verdura y pavo

KCAL	Hidr.(g)	Lípid.(g)	Prot.(g)
602,25	97,67	15,51	26,28

Arroz caldoso con verduras (19)
Contramuslo al horno a las finas hierbas (12)
Ensalada de lechuga, tomate y maíz (12)
Pan integral (1, T6, T10, T11)
Naranja
CENA: Verdura y pavo

Lentejas estofadas con verduras (patata, zanahoria y pimiento) (19, T1)
Salmón con salsa de eneldo (4, T2)
Ensalada de lechuga, tomate y zanahoria (12)
Pan integral (1, T6, T10, T11)
Yogur natural (7)
CENA: Verdura y huevo

KCAL	Hidr.(g)	Lípid.(g)	Prot.(g)
673,77	92,36	20,90	32,80

Arroz con salsa casera de tomate
Merluza a la vizcaina (pimiento y puerro) (4, T2, T14)
Ensalada de lechuga, zanahoria y maíz (12)
Pan integral (1, T6, T10, T11)
Yogur natural (7)
CENA: Ensalada y pollo

KCAL	Hidr.(g)	Lípid.(g)	Prot.(g)
634,29	100,61	18,70	27,42

Paella Valenciana (pollo y judías verdes) (19)
Bacalao al pil pil (ajo y perejil) (4)
Ensalada de lechuga, tomate y cebolla (12)
Pan integral (1, T6, T10, T11)
Yogur natural (7)
CENA: Ensalada y huevo

Valoración nutricional: Calcio 78,6 Hierro 11,4 Sodio 265,2 Vit. A 463,1 Vit. B1 0,1 Vit. B2 0,2 Vit. C 41,8 Ác. fólico 47,0 Fibra 8,6 Colest. 15,4 AGS 3,4 AGM 1,0 AGP 0,3

Los valores nutricionales teóricos para el grupo de edad entre 6 y 9 años.

El menú irá acompañado de agua. Además, se ofertará leche como complemento de postre, ofreciendo las correspondientes alternativas en casos de alergias e intolerancias alimentarias.

*La fruta indicada es orientativa, y podrá sufrir cambios en función al punto de maduración de la misma.



ABRIL 2026 SIN CERDO

LUNES

MARTES

MIÉRCOLES

JUEVES

VIERNES

DIA 6

DIA 7

DIA 8

DIA 9

DIA 10

DIA 13

DIA 14

DIA 15

DIA 16

DIA 17

DIA 20

DIA 21

DIA 22

DIA 23

DIA 24

DIA 27

DIA 28

DIA 29

DIA 30

KCAL	Hidr.(g)	Lípid.(g)	Prot.(g)
531,07	76,10	19,07	20,07

Crema de zanahoria
Albóndigas de pollo y pavo en salsa (6, 19, T1, T3)
Patatas panaderas (12)
Pan integral (1, T6, T10, T11)
Pera
CENA: Verdura y ternera

KCAL	Hidr.(g)	Lípid.(g)	Prot.(g)
566,26	76,73	20,57	18,56

Sopa de fideos con verduras (1, 9, T3, T6, T10)
Tortilla francesa (3)
Patatas panaderas (12)
Pan (1, T6, T10, T11)
Mandarina
CENA: Verdura y pescado

KCAL	Hidr.(g)	Lípid.(g)	Prot.(g)
758,60	111,24	26,38	30,12

Lentejas estofadas con arroz integral (19, T1)
Tortilla de patata (3)
Ensalada de lechuga, tomate y zanahoria (12)
Pan (1, T6, T10, T11)
Mandarina
CENA: Verdura y pavo

Espaguetis con salsa de tomate casera (1, T3, T6, T10)
Tortilla francesa (3)
Ensalada de lechuga, tomate y cebolla (12)
Pan integral (1, T6, T10, T11)
Naranja
CENA: Ensalada y ternera

KCAL	Hidr.(g)	Lípid.(g)	Prot.(g)
521,91	87,29	9,53	31,79

Sopa de fideos con verduras (1, 9, T3, T6, T10)
Garbanzos, pollo, ternera, patata y zanahoria (s/c) (19)
Pan (1, T6, T10, T11)
Naranja
CENA: Ensalada y pavo

KCAL	Hidr.(g)	Lípid.(g)	Prot.(g)
654,02	88,40	21,97	25,38

Fideuá con verduras (calabacín y pimientos) (1, T3, T6, T10)
Dorado al horno (2, 4)
Ensalada de lechuga, zanahoria y maíz (12)
Pan integral (1, T6, T10, T11)
Manzana
CENA: Verdura y ternera

KCAL	Hidr.(g)	Lípid.(g)	Prot.(g)
878,44	111,82	38,42	24,73

Macarrones con salsa de tomate casera (1, T3)
Boquerones a la andaluza (1, 2, 3, 4, 12, T2, T3, T4, T6, T7, T10, T14)
Ensalada de lechuga, zanahoria y maíz (12)
Pan integral (1, T6, T10, T11)
Manzana
CENA: Verdura y ternera

Brócoli a la bilbaina (12)
Puchero de garbanzos con bacalao (4, 19)
Arroz integral
Pan (1, T6, T10, T11)
Mandarina
CENA: Verdura y pollo

KCAL	Hidr.(g)	Lípid.(g)	Prot.(g)
728,75	99,72	32,93	21,20

Espaguetis con calabacín (1, T3, T6, T10)
Revuelto de huevo con calabacín (3)
Ensalada de lechuga, tomate y maíz (12)
Pan (1, T6, T10, T11)
Manzana ecológica
CENA: Verdura y ternera

KCAL	Hidr.(g)	Lípid.(g)	Prot.(g)
634,30	87,02	25,92	30,66

JORNADA GASTRONÓMICA
Frijoles con arroz integral (19)
Fajitas de pollo con verduritas (pimiento, cebolla y ajo) (1)
Ensalada de lechuga, tomate y maíz (12)
Pan (1, T6, T10, T11)
Naranja
CENA: Ensalada y pescado

KCAL	Hidr.(g)	Lípid.(g)	Prot.(g)
507,75	86,61	9,38	30,29

Sopa de fideos con verduras (1, 9, T3, T6, T10)
Garbanzos, pollo, ternera, patata y zanahoria (s/c) (19)
Pan (1, T6, T10, T11)
Pera
CENA: Ensalada y pescado

Crema de verdura (calabacín ECO, brócoli, zanahoria, patatas y puerro)
Filetes de pollo en salsa
Zanahoria glaseada
Pan (1, T6, T10, T11)
Pera
CENA: Ensalada y pavo

KCAL	Hidr.(g)	Lípid.(g)	Prot.(g)
743,10	103,08	28,82	27,82

Judías verdes a la bilbaina (12, 19)
Escalope de pollo (casero) (1, 3, 12, T1, T6, T10, T11)
Ensalada de lechuga, tomate y cebolla (12)
Pan (1, T6, T10, T11)
Plátano
CENA: Verdura y pescado

KCAL	Hidr.(g)	Lípid.(g)	Prot.(g)
570,22	91,58	10,86	18,33

Crema de calabaza ECO (con patata)
Quinoa con verduritas y salteado de pollo
Pan (1, T6, T10, T11)
Pera
CENA: Verdura y pavo

KCAL	Hidr.(g)	Lípid.(g)	Prot.(g)
602,25	97,67	15,51	26,28

Arroz caldoso con verduras (19)
Contramuslo al horno a las finas hierbas (12)
Ensalada de lechuga, tomate y maíz (12)
Pan integral (1, T6, T10, T11)
Naranja
CENA: Verdura y pavo

Lentejas estofadas con verduras (patata, zanahoria y pimiento) (19, T1)
Salmón con salsa de eneldo (4, T2)
Ensalada de lechuga, tomate y zanahoria (12)
Pan integral (1, T6, T10, T11)
Yogur natural (7)
CENA: Verdura y huevo

KCAL	Hidr.(g)	Lípid.(g)	Prot.(g)
697,04	97,50	20,73	33,57

Arroz caldoso con verduras (19)
Merluza a la vizcaina (pimiento y puerro) (4, T2, T14)
Ensalada de lechuga, zanahoria y maíz (12)
Pan integral (1, T6, T10, T11)
Yogur natural (7)
CENA: Ensalada y pollo

KCAL	Hidr.(g)	Lípid.(g)	Prot.(g)
634,29	100,61	18,70	27,42

Paella Valenciana (pollo y judías verdes) (19)
Bacalao al pil pil (ajo y perejil) (4)
Ensalada de lechuga, tomate y cebolla (12)
Pan integral (1, T6, T10, T11)
Yogur natural (7)
CENA: Ensalada y huevo

Valoración nutricional: Calcio 77,4 Hierro 13,4 Sodio 266,1 Vit. A 460,7 Vit. B1 0,1 Vit. B2 0,1 Vit. C 44,1 Ác. fólico 46,6 Fibra 8,8 Colest. 13,3 AGS 3,4 AGM 1,0 AGP 0,3

Los valores nutricionales teóricos para el grupo de edad entre 6 y 9 años.

El menú irá acompañado de agua. Además, se ofertará leche como complemento de postre, ofreciendo las correspondientes alternativas en casos de alergias e intolerancias alimentarias.

*La fruta indicada es orientativa, y podrá sufrir cambios en función al punto de maduración de la misma.



ABRIL 2026 SIN GLUTEN

LUNES

MARTES

MIÉRCOLES

JUEVES

VIERNES

DIA 6

DIA 7

DIA 8

DIA 9

DIA 10

DIA 13

DIA 14

DIA 15

DIA 16

DIA 17

DIA 20

DIA 21

DIA 22

DIA 23

DIA 24

DIA 27

DIA 28

DIA 29

DIA 30

KCAL	Hidr.(g)	Lípid.(g)	Prot.(g)
686,89	84,72	30,31	19,46

Crema de zanahoria
Albóndigas mixtas en salsa (19)
Patatas panaderas (12)
Pan (sin gluten) (3, 7, T6, T8)
Pera
CENA: Verdura y ternera

KCAL	Hidr.(g)	Lípid.(g)	Prot.(g)
716,95	107,83	27,39	20,58

Espaguetis con salsa de tomate casera (sin gluten/huevo)
Tortilla francesa (3)
Ensalada de lechuga, tomate y cebolla (12)
Pan (sin gluten) (3, 7, T6, T8)
Naranja
CENA: Ensalada y ternera

KCAL	Hidr.(g)	Lípid.(g)	Prot.(g)
593,46	104,74	13,15	19,84

Brócoli a la bilbaina (12)
Puchero de garbanzos con bacalao (4, 19)
Arroz integral
Pan (sin gluten) (3, 7, T6, T8)
Mandarina
CENA: Verdura y pollo

KCAL	Hidr.(g)	Lípid.(g)	Prot.(g)
543,67	71,93	19,19	19,37

Crema de verdura (calabacín ECO, brócoli, zanahoria, patatas y puerro)
Filetes de pollo en salsa
Zanahoria glaseada
Pan (sin gluten) (3, 7, T6, T8)
Pera
CENA: Ensalada y pavo

KCAL	Hidr.(g)	Lípid.(g)	Prot.(g)
665,64	103,47	22,96	37,30

Puchero de garbanzos (patata y zanahoria) (19)
Salmón con salsa de eneldo (4, T2)
Ensalada de lechuga, tomate y zanahoria (12)
Pan (sin gluten) (3, 7, T6, T8)
Yogur natural (7)
CENA: Verdura y huevo

KCAL	Hidr.(g)	Lípid.(g)	Prot.(g)
686,89	84,72	30,31	19,46

Crema de zanahoria
Albóndigas mixtas en salsa (19)
Patatas panaderas (12)
Pan (sin gluten) (3, 7, T6, T8)
Pera
CENA: Verdura y ternera

KCAL	Hidr.(g)	Lípid.(g)	Prot.(g)
676,57	98,52	23,21	26,23

Sopa de fideos (sin gluten/huevo) (12)
Garbanzos, pollo, ternera, patata y zanahoria (12, 19)
Pan (sin gluten) (3, 7, T6, T8)
Naranja
CENA: Ensalada y pavo

KCAL	Hidr.(g)	Lípid.(g)	Prot.(g)
776,93	106,35	34,08	22,22

Espaguetis con calabacín (sin gluten/sin huevo)
Revuelto de huevo con jamón York (3, 6)
Ensalada de lechuga, tomate y maíz (12)
Pan (sin gluten) (3, 7, T6, T8)
Manzana ecológica
CENA: Verdura y ternera

KCAL	Hidr.(g)	Lípid.(g)	Prot.(g)
702,30	100,15	28,08	22,38

Judías verdes a la bilbaina (12, 19)
Escalope de pollo (sin gluten/huevo)
Ensalada de lechuga, tomate y cebolla (12)
Pan (sin gluten) (3, 7, T6, T8)
Plátano
CENA: Verdura y pescado

KCAL	Hidr.(g)	Lípid.(g)	Prot.(g)
715,87	103,46	21,18	31,38

Arroz con salsa casera de tomate
Merluza a la vizcaina (pimiento y puerro) (4, T2, T14)
Ensalada de lechuga, zanahoria y maíz (12)
Pan (sin gluten) (3, 7, T6, T8)
Yogur natural (7)
CENA: Ensalada y pollo

KCAL	Hidr.(g)	Lípid.(g)	Prot.(g)
658,70	84,24	27,84	17,91

Sopa de fideos (sin gluten/huevo) (12)
Tortilla francesa (3)
Patatas panaderas (12)
Pan (sin gluten) (3, 7, T6, T8)
Mandarina
CENA: Verdura y pescado

KCAL	Hidr.(g)	Lípid.(g)	Prot.(g)
447,91	50,01	21,02	15,50

Fideuá con verduras (calabacín y pimientos) (sin gluten/huevo)
Dorado al horno (2, 4)
Ensalada de lechuga, zanahoria y maíz (12)
Pan (sin gluten) (3, 7, T6, T8)
Manzana
CENA: Verdura y ternera

KCAL	Hidr.(g)	Lípid.(g)	Prot.(g)
741,39	92,79	31,78	38,63

JORNADA GASTRONÓMICA
Frijoles con arroz integral (19)
Wok de pollo con verduritas (pimiento, calabacín y ajo) (sin soja)
Ensalada de lechuga, tomate y maíz (12)
Pan (sin gluten) (3, 7, T6, T8)
Naranja
CENA: Ensalada y pescado

KCAL	Hidr.(g)	Lípid.(g)	Prot.(g)
588,74	97,98	10,98	16,08

Crema de calabaza ECO (con patata)
Quinoa con verduritas y salteado de pollo
Pan (sin gluten) (3, 7, T6, T8)
Pera
CENA: Verdura y pavo

KCAL	Hidr.(g)	Lípid.(g)	Prot.(g)
676,39	111,71	18,98	26,00

Paella Valenciana (pollo y judías verdes) (19)
Bacalao al pil pil (ajo y perejil) (4)
Ensalada de lechuga, tomate y cebolla (12)
Pan (sin gluten) (3, 7, T6, T8)
Yogur natural (7)
CENA: Ensalada y huevo

KCAL	Hidr.(g)	Lípid.(g)	Prot.(g)
720,00	112,79	29,12	23,86

Alubias blancas estofadas (pimiento y puerro) (19)
Tortilla de patata (3)
Ensalada de lechuga, tomate y zanahoria (12)
Pan (sin gluten) (3, 7, T6, T8)
Mandarina
CENA: Verdura y pavo

KCAL	Hidr.(g)	Lípid.(g)	Prot.(g)
691,07	103,88	19,57	25,82

Macarrones a la boloñesa (sin gluten/huevo) (12)
Salmón al horno (4, T2)
Ensalada de lechuga, zanahoria y maíz (12)
Pan (sin gluten) (3, 7, T6, T8)
Manzana
CENA: Verdura y ternera

KCAL	Hidr.(g)	Lípid.(g)	Prot.(g)
662,41	97,84	23,06	24,73

Sopa de fideos (sin gluten/huevo) (12)
Garbanzos, pollo, ternera, patata y zanahoria (12, 19)
Pan (sin gluten) (3, 7, T6, T8)
Pera
CENA: Ensalada y pescado

KCAL	Hidr.(g)	Lípid.(g)	Prot.(g)
644,35	108,77	15,79	24,86

Arroz caldoso con verduras (19)
Contramuslo al horno a las finas hierbas (12)
Ensalada de lechuga, tomate y maíz (12)
Pan (sin gluten) (3, 7, T6, T8)
Naranja
CENA: Verdura y pavo

Valoración nutricional: Calcio 66,3 Hierro 16,8 Sodio 275,7 Vit. A 479,1 Vit. B1 0,2 Vit. B2 0,1 Vit. C 42,9 Ác. fólico 38,2 Fibra 8,5 Colest. 20,3 AGS 4,2 AGM 1,4 AGP 0,4

Los valores nutricionales teóricos para el grupo de edad entre 6 y 9 años.

El menú irá acompañado de agua. Además, se ofertará leche como complemento de postre, ofreciendo las correspondientes alternativas en casos de alergias e intolerancias alimentarias.

*La fruta indicada es orientativa, y podrá sufrir cambios en función al punto de maduración de la misma.

