



Lunes

2	Kcal	HC	Lip	Prot
	601	73	22	27

Crema de calabaza natural
Albóndigas de cerdo en salsa
Arroz pilaf

Fruta de temporada

9	Kcal	HC	Lip	Prot
	649	85	21	26

Fusilli con salsa de tomate casera
Filete de merluza al horno con perejil
Ensalada de lechuga y aceitunas

Fruta de temporada

16	Kcal	HC	Lip	Prot
	706	77	31	27

Guisantes salteados
Carrillera de cerdo en salsa
española
Coditos salteados
Fruta de temporada

23	Kcal	HC	Lip	Prot
	736	105	25	24

Risotto meloso de setas
Croquetas de jamón y empanadillas
de atún
Ensalada de lechuga y aceituna
Fruta de temporada



Martes

3	Kcal	HC	Lip	Prot
	693	88	22	32

Espaguetis integrales con salsa
italiana
Filete de abadejo en tempura
Ensalada de lechuga y remolacha
Fruta de temporada

10	Kcal	HC	Lip	Prot
	705	91	25	28

Paella de verduras
Hamburguesa de ternera a la plancha
Ensalada de lechuga y maíz

Yogur

17	Kcal	HC	Lip	Prot
	744	105	24	28

Arroz blanco salteado
Chili con carne
Ensalada de lechuga y remolacha

Yogur

24	Kcal	HC	Lip	Prot
	564	80	16	25

Sopa de cocido
Cocido tradicional completo

Fruta de temporada



Miércoles

4	Kcal	HC	Lip	Prot
	714	81	30	28

Pisto con huevos
Garbanzos salteados con carne

Fruta de temporada

11	Kcal	HC	Lip	Prot
	583	85	15	24

Sopa de cocido
Cocido completo

Fruta de temporada

18	Kcal	HC	Lip	Prot
	739	92	27	32

Espaguetis integrales al pomodoro
Dorado al horno
Ensalada tricolor

Fruta de temporada

25	Kcal	HC	Lip	Prot
	614	76	22	27

Crema de verduras al natural
Lomo de cerdo asado en salsa cítrica
de naranja
Arroz pilaf
Helado/Fruta de temporada



Jueves

5	Kcal	HC	Lip	Prot
	641	89	17	33

Arroz a banda
Cuarto trasero de pollo con miel
,romero y limón
Ensalada de lechuga y zanahoria
Fruta de temporada

12	Kcal	HC	Lip	Prot
	636	65	28	29

Brócoli rehogado con ajo y cebolla
Filete de pollo asado al curry
Patatas fritas

Fruta de temporada

19	Kcal	HC	Lip	Prot
	664	74	23	41

Lentejas guisadas con chorizo
Cuarto trasero asado en su jugo
Ensalada de lechuga y zanahoria

Fruta de temporada

26	Kcal	HC	Lip	Prot
	737	95	26	28

Alubias blancas con zanahorias
Tortilla de patata
Ensalada de lechuga y tomate

Yogur



Viernes

6	Kcal	HC	Lip	Prot
	656	71	26	34

Alubias blancas a la jardinera
Huevos revueltos con queso
Ensalada de tomate y cebolla con
orégano
Yogur

13	Kcal	HC	Lip	Prot
	684	90	24	24

Lentejas con zanahorias
Tortilla de patata
Ensalada de tomate y cebolla con
orégano
Fruta de temporada

20	Kcal	HC	Lip	Prot
	720	70	39	23

Crema de zanahoria
Huevos a la plancha
Patatas fritas crujientes

Fruta de temporada

27	Kcal	HC	Lip	Prot
	664	86	22	27

Macarrones integrales con salsa de
tomate casera
Merluza en salsa verde
Ensalada de lechuga y maíz
Fruta de temporada





Lunes

2	Kcal	HC	Lip	Prot
	601	73	22	27

Crema de calabaza natural
Albóndigas de cerdo en salsa
Arroz pilaf

Fruta de temporada

9	Kcal	HC	Lip	Prot
	649	85	21	26

Fusilli con salsa de tomate casera
Filete de merluza al horno con perejil
Ensalada de lechuga y aceitunas

Fruta de temporada

16	Kcal	HC	Lip	Prot
	706	77	31	27

Guisantes salteados
Carrillera de cerdo en salsa
española
Coditos salteados
Fruta de temporada

23	Kcal	HC	Lip	Prot
	736	105	25	24

Risotto meloso de setas
Nuggets de pollo caseros
Ensalada de lechuga y aceituna
Fruta de temporada



Martes

3	Kcal	HC	Lip	Prot
	693	88	22	32

Espaguetis integrales con salsa
italiana
Filete de abadejo en tempura casera
Ensalada de lechuga y remolacha
Fruta de temporada

10	Kcal	HC	Lip	Prot
	705	91	25	28

Paella de verduras
Hamburguesa de ternera a la plancha
Ensalada de lechuga y maíz

Yogur

17	Kcal	HC	Lip	Prot
	744	105	24	28

Arroz blanco salteado
Ragout de carne
Ensalada de lechuga y remolacha

Yogur

24	Kcal	HC	Lip	Prot
	564	80	16	25

Sopa de cocido
Cocido tradicional completo

Fruta de temporada



Miércoles

4	Kcal	HC	Lip	Prot
	714	81	30	28

Pisto con revuelto
Garbanzos salteados con carne

Fruta de temporada

11	Kcal	HC	Lip	Prot
	583	85	15	24

Sopa de cocido
Cocido completo

Fruta de temporada

18	Kcal	HC	Lip	Prot
	739	92	27	32

Espaguetis integrales al pomodoro
Dorado al horno
Ensalada tricolor

Fruta de temporada

25	Kcal	HC	Lip	Prot
	614	76	22	27

Crema de verduras al natural
Lomo de cerdo asado en salsa cítrica
de naranja
Arroz pilaf
Helado/Fruta de temporada



Jueves

5	Kcal	HC	Lip	Prot
	641	89	17	33

Arroz con salsa de tomate casera
Cuarto trasero de pollo con miel
,romero y limón
Ensalada de lechuga y zanahoria
Fruta de temporada

12	Kcal	HC	Lip	Prot
	636	65	28	29

Crema de brocoli
Filete de pollo asado al curry
Patatas fritas

Fruta de temporada

19	Kcal	HC	Lip	Prot
	664	74	23	41

Lentejas guisadas con chorizo
Cuarto trasero asado en su jugo
Ensalada de lechuga y zanahoria

Fruta de temporada

26	Kcal	HC	Lip	Prot
	737	95	26	28

Alubias blancas con zanahorias
Tortilla de patata
Ensalada de lechuga y tomate

Yogur



Viernes

6	Kcal	HC	Lip	Prot
	656	71	26	34

Alubias blancas a la jardinera
Huevos revueltos con queso
Ensalada de tomate y cebolla con
orégano
Yogur

13	Kcal	HC	Lip	Prot
	684	90	24	24

Lentejas con zanahorias
Tortilla de patata
Ensalada de tomate y cebolla con
orégano
Fruta de temporada

20	Kcal	HC	Lip	Prot
	720	70	39	23

Crema de zanahoria
Revuelto de huevo
Patatas fritas crujientes

Fruta de temporada

27	Kcal	HC	Lip	Prot
	664	86	22	27

Macarrones integrales con salsa de
tomate casera
Merluza en salsa verde
Ensalada de lechuga y maíz
Fruta de temporada





Lunes

	Kcal	HC	Lip	Prot
2	601	73	22	27

Crema de calabaza natural
Albóndigas de cerdo en salsa
Arroz pilaf
Fruta de temporada

	Kcal	HC	Lip	Prot
9	649	85	21	26

Fusilli con salsa de tomate casera
Filete de merluza al horno con perejil
Ensalada de lechuga y aceitunas
Fruta de temporada

	Kcal	HC	Lip	Prot
16	706	77	31	27

Guisantes salteados
Carrillera de cerdo en salsa española
Coditos salteados
Fruta de temporada

	Kcal	HC	Lip	Prot
23	736	105	25	24

Risotto meloso de setas
Croquetas de jamón y empanadillas de atún
Ensalada de lechuga y aceituna
Fruta de temporada



Martes

	Kcal	HC	Lip	Prot
3	693	88	22	32

Espaguetis integrales con salsa italiana
Filete de abadejo en tempura
Ensalada de lechuga y remolacha
Fruta de temporada

	Kcal	HC	Lip	Prot
10	705	91	25	28

Paella de verduras
Hamburguesa de ternera a la plancha
Ensalada de lechuga y maíz
Yogur

	Kcal	HC	Lip	Prot
17	744	105	24	28

Arroz blanco salteado
Chili con carne
Ensalada de lechuga y remolacha
Yogur

	Kcal	HC	Lip	Prot
24	564	80	16	25

Sopa de cocido
Cocido tradicional completo
Fruta de temporada



Miércoles

	Kcal	HC	Lip	Prot
4	714	81	30	28

Pisto con huevos
Garbanzos salteados con carne
Fruta de temporada

	Kcal	HC	Lip	Prot
11	583	85	15	24

Sopa de cocido
Cocido completo
Fruta de temporada

	Kcal	HC	Lip	Prot
18	739	92	27	32

Espaguetis integrales al pomodoro
Dorado al horno
Ensalada tricolor
Fruta de temporada

	Kcal	HC	Lip	Prot
25	614	76	22	27

Crema de verduras al natural
Lomo de cerdo asado en salsa cítrica de naranja
Arroz pilaf
Helado/Fruta de temporada



Jueves

	Kcal	HC	Lip	Prot
5	641	89	17	33

Arroz a banda
Cuarto trasero de pollo con miel, romero y limón
Ensalada de lechuga y zanahoria
Fruta de temporada

	Kcal	HC	Lip	Prot
12	636	65	28	29

Brócoli rehogado con ajo y cebolla
Filete de pollo asado al curry
Patatas fritas
Fruta de temporada

	Kcal	HC	Lip	Prot
19	664	74	23	41

Lentejas guisadas con chorizo
Cuarto trasero asado en su jugo
Ensalada de lechuga y zanahoria
Fruta de temporada

	Kcal	HC	Lip	Prot
26	737	95	26	28

Alubias blancas con zanahorias
Tortilla de patata
Ensalada de lechuga y tomate
Yogur



Viernes

	Kcal	HC	Lip	Prot
6	656	71	26	34

Alubias blancas a la jardinera
Huevos revueltos con queso
Ensalada de tomate y cebolla con orégano
Yogur

	Kcal	HC	Lip	Prot
13	684	90	24	24

Lentejas con zanahorias
Tortilla de patata
Ensalada de tomate y cebolla con orégano
Fruta de temporada

	Kcal	HC	Lip	Prot
20	720	70	39	23

Crema de zanahoria
Huevos a la plancha
Patatas fritas crujientes
Fruta de temporada

	Kcal	HC	Lip	Prot
27	664	86	22	27

Macarrones integrales con salsa de tomate casera
Merluza en salsa verde
Ensalada de lechuga y maíz
Fruta de temporada





Lunes

	Kcal	HC	Lip	Prot
2	601	73	22	27

Crema de calabaza natural
Albóndigas de cerdo en salsa
Arroz pilaf
Fruta de temporada

	Kcal	HC	Lip	Prot
9	649	85	21	26

Pasta s/g-h con salsa de tomate casera
Filete de merluza al horno con perejil
Ensalada de lechuga y aceitunas
Fruta de temporada

	Kcal	HC	Lip	Prot
16	706	77	31	27

Guisantes salteados
Carrillera de cerdo en salsa española
Pasta s/g-h salteada
Fruta de temporada

	Kcal	HC	Lip	Prot
23	736	105	25	24

Risotto meloso de setas
Croquetas de jamón y empanadillas de atún
Ensalada de lechuga y aceituna
Fruta de temporada



Martes

	Kcal	HC	Lip	Prot
3	693	88	22	32

Espaguetis s/g-h con salsa italiana
Filete de abadejo a la plancha
Ensalada de lechuga y remolacha
Fruta de temporada

	Kcal	HC	Lip	Prot
10	705	91	25	28

Paella de verduras
Hamburguesa de ternera a la plancha
Ensalada de lechuga y maíz
Yogur

	Kcal	HC	Lip	Prot
17	744	105	24	28

Arroz blanco salteado
Chili con carne
Ensalada de lechuga y remolacha
Yogur

	Kcal	HC	Lip	Prot
24	564	80	16	25

Sopa de fideos s/g-h
Cocido tradicional completo
Fruta de temporada



Miércoles

	Kcal	HC	Lip	Prot
4	714	81	30	28

Pisto con huevos
Garbanzos salteados con carne
Fruta de temporada

	Kcal	HC	Lip	Prot
11	583	85	15	24

Sopa de fideos s/g-h
Cocido completo
Fruta de temporada

	Kcal	HC	Lip	Prot
18	739	92	27	32

Pasta s/g-h al pomodoro
Dorado al horno
Ensalada tricolor
Fruta de temporada

	Kcal	HC	Lip	Prot
25	614	76	22	27

Crema de verduras al natural
Lomo de cerdo asado en salsa cítrica de naranja
Arroz pilaf
Helado/Fruta de temporada



Jueves

	Kcal	HC	Lip	Prot
5	641	89	17	33

Arroz a banda
Cuarto trasero de pollo con miel, romero y limón
Ensalada de lechuga y zanahoria
Fruta de temporada

	Kcal	HC	Lip	Prot
12	636	65	28	29

Brócoli rehogado con ajo y cebolla
Filete de pollo asado al curry
Patatas fritas
Fruta de temporada

	Kcal	HC	Lip	Prot
19	664	74	23	41

Alubias guisadas a la jardinera
Cuarto trasero asado en su jugo
Ensalada de lechuga y zanahoria
Fruta de temporada

	Kcal	HC	Lip	Prot
26	737	95	26	28

Alubias blancas con zanahorias
Tortilla de patata
Ensalada de lechuga y tomate
Yogur



Viernes

	Kcal	HC	Lip	Prot
6	656	71	26	34

Alubias blancas a la jardinera
Huevos revueltos con queso
Ensalada de tomate y cebolla con orégano
Yogur

	Kcal	HC	Lip	Prot
13	684	90	24	24

Alubias guisadas con zanahorias
Tortilla de patata
Ensalada de tomate y cebolla con orégano
Fruta de temporada

	Kcal	HC	Lip	Prot
20	720	70	39	23

Crema de zanahoria
Huevos a la plancha
Patatas fritas crujientes
Fruta de temporada

	Kcal	HC	Lip	Prot
27	664	86	22	27

Pasta s/g-h con salsa de tomate casera
Merluza en salsa verde
Ensalada de lechuga y maíz
Fruta de temporada





Lunes

	Kcal	HC	Lip	Prot
2	601	73	22	27

Crema de calabaza natural
Albóndigas de cerdo en salsa
Arroz pilaf
Fruta de temporada

	Kcal	HC	Lip	Prot
9	649	85	21	26

Pasta s/g-h con salsa de tomate casera
Filete de merluza al horno con perejil
Ensalada de lechuga y aceitunas
Fruta de temporada

	Kcal	HC	Lip	Prot
16	706	77	31	27

Guisantes salteados
Carrillera de cerdo en salsa española
Coditos salteados
Fruta de temporada

	Kcal	HC	Lip	Prot
23	736	105	25	24

Risotto meloso de setas
Pollo empanado
Ensalada de lechuga y aceituna
Fruta de temporada



Martes

	Kcal	HC	Lip	Prot
3	693	88	22	32

Pasta s/g-h con salsa italiana
Filete de abadejo en tempura
Ensalada de lechuga y remolacha
Fruta de temporada

	Kcal	HC	Lip	Prot
10	705	91	25	28

Paella de verduras
Hamburguesa de ternera a la plancha
Ensalada de lechuga y maíz
Yogur

	Kcal	HC	Lip	Prot
17	744	105	24	28

Arroz blanco salteado
Chili con carne
Ensalada de lechuga y remolacha

	Kcal	HC	Lip	Prot
24	564	80	16	25

Sopa de fideos s/g-h
Cocido tradicional completo
Fruta de temporada



Miércoles

	Kcal	HC	Lip	Prot
4	714	81	30	28

Pisto hortelano de verduras
Garbanzos salteados con carne
Fruta de temporada

	Kcal	HC	Lip	Prot
11	583	85	15	24

Sopa de fideos s/g-h
Cocido completo
Fruta de temporada

	Kcal	HC	Lip	Prot
18	739	92	27	32

Pasta s/g-h al pomodoro
Dorado al horno
Ensalada tricolor
Fruta de temporada



	Kcal	HC	Lip	Prot
25	614	76	22	27

Crema de verduras al natural
Lomo de cerdo asado en salsa cítrica de naranja
Arroz pilaf
Helado/Fruta de temporada



Jueves

	Kcal	HC	Lip	Prot
5	641	89	17	33

Arroz a banda
Cuarto trasero de pollo con miel, romero y limón
Ensalada de lechuga y zanahoria
Fruta de temporada

	Kcal	HC	Lip	Prot
12	636	65	28	29

Brócoli rehogado con ajo y cebolla
Filete de pollo asado al curry
Patatas fritas
Fruta de temporada

	Kcal	HC	Lip	Prot
19	664	74	23	41

Lentejas guisadas con chorizo
Cuarto trasero asado en su jugo
Ensalada de lechuga y zanahoria
Fruta de temporada



	Kcal	HC	Lip	Prot
26	737	95	26	28

Alubias blancas con zanahorias
Filete de pollo asado en su jugo
Ensalada de lechuga y tomate
Yogur



	Kcal	HC	Lip	Prot
27	664	86	22	27

Macarrones integrales con salsa de tomate casera
Merluza en salsa verde
Ensalada de lechuga y maíz
Fruta de temporada



Este menú se ha diseñado siguiendo los criterios nutricionales que marca el Real Decreto 315/2025, de 15 de abril, por el que se establecen normas de desarrollo de la Ley 17/2011, de 5 de julio, de seguridad alimentaria y nutrición, para el fomento de una alimentación saludable y sostenible en centros educativos.

Consulte al personal de cocina la Declaración de alérgenos.



Lunes

2	Kcal	HC	Lip	Prot
	601	73	22	27

Crema de calabaza natural
Albóndigas de cerdo en salsa
Arroz pilaf

Fruta de temporada

9	Kcal	HC	Lip	Prot
	649	85	21	26

Fusilli con salsa de tomate casera
Filete de merluza al horno con perejil
Ensalada de lechuga y aceitunas

Fruta de temporada

16	Kcal	HC	Lip	Prot
	706	77	31	27

Guisantes salteados
Carrillera de cerdo en salsa
española
Coditos salteados
Fruta de temporada

23	Kcal	HC	Lip	Prot
	736	105	25	24

Arroz salteado con champiñones
Pollo empanado
Ensalada de lechuga y aceituna
Fruta de temporada

Martes

3	Kcal	HC	Lip	Prot
	693	88	22	32

Espaguetis integrales con salsa
italiana
Filete de abadejo en tempura
Ensalada de lechuga y remolacha
Fruta de temporada

10	Kcal	HC	Lip	Prot
	705	91	25	28

Paella de verduras
Hamburguesa de ternera a la plancha
Ensalada de lechuga y maíz

Gelatina

17	Kcal	HC	Lip	Prot
	744	105	24	28

Arroz blanco salteado
Chili con carne
Ensalada de lechuga y remolacha

Gelatina

24	Kcal	HC	Lip	Prot
	564	80	16	25

Sopa de cocido
Cocido tradicional completo

Fruta de temporada

Miércoles

4	Kcal	HC	Lip	Prot
	714	81	30	28

Pisto con huevos
Garbanzos salteados con carne

Fruta de temporada

11	Kcal	HC	Lip	Prot
	583	85	15	24

Sopa de cocido
Cocido completo

Fruta de temporada

18	Kcal	HC	Lip	Prot
	739	92	27	32

Espaguetis integrales al pomodoro
Dorado al horno
Ensalada tricolor

Fruta de temporada

25	Kcal	HC	Lip	Prot
	614	76	22	27

Crema de verduras al natural
Lomo de cerdo asado en salsa cítrica
de naranja
Arroz pilaf
Helado/Fruta de temporada

Jueves

5	Kcal	HC	Lip	Prot
	641	89	17	33

Arroz a banda
Cuarto trasero de pollo con miel
,romero y limón
Ensalada de lechuga y zanahoria
Fruta de temporada

12	Kcal	HC	Lip	Prot
	636	65	28	29

Brócoli rehogado con ajo y cebolla
Filete de pollo asado al curry
Patatas fritas

Fruta de temporada

19	Kcal	HC	Lip	Prot
	664	74	23	41

Lentejas guisadas a la jardinería
Cuarto trasero asado en su jugo
Ensalada de lechuga y zanahoria

Fruta de temporada

26	Kcal	HC	Lip	Prot
	737	95	26	28

Alubias blancas con zanahorias
Tortilla de patata
Ensalada de lechuga y tomate

Gelatina

27	Kcal	HC	Lip	Prot
	664	86	22	27

Macarrones integrales con salsa de
tomate casera
Merluza en salsa verde
Ensalada de lechuga y maíz
Fruta de temporada



Este menú se ha diseñado siguiendo los criterios nutricionales que marca el Real Decreto 315/2025, de 15 de abril, por el que se establecen normas de desarrollo de la Ley 17/2011, de 5 de julio, de seguridad alimentaria y nutrición, para el fomento de una alimentación saludable y sostenible en centros educativos.

Consulte al personal de cocina la Declaración de alérgenos.



Lunes

2	Kcal	HC	Lip	Prot
	601	73	22	27

Crema de calabaza natural
Albóndigas de cerdo en salsa
Arroz pilaf

Fruta de temporada

9	Kcal	HC	Lip	Prot
	649	85	21	26

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

Fruta de temporada

16	Kcal	HC	Lip	Prot
	706	77	31	27

Guisantes salteados
Carrillera de cerdo en salsa española
Coditos salteados
Fruta de temporada

23	Kcal	HC	Lip	Prot
	736	105	25	24

Risotto meloso de setas
Pollo empanado
Ensalada de lechuga y aceituna
Fruta de temporada

3	Kcal	HC	Lip	Prot
	693	88	22	32

Martes

4	Kcal	HC	Lip	Prot
	714	81	30	28

Espaguetis integrales con salsa italiana
Lomo de cerdo asado en su jugo
Ensalada de lechuga y remolacha
Fruta de temporada

10	Kcal	HC	Lip	Prot
	705	91	25	28

Paella de verduras
Hamburguesa de ternera a la plancha
Ensalada de lechuga y maíz

Yogur

11	Kcal	HC	Lip	Prot
	583	85	15	24

Sopa de cocido
Cocido completo

Fruta de temporada

17	Kcal	HC	Lip	Prot
	744	105	24	28

Arroz blanco salteado
Chili con carne
Ensalada de lechuga y remolacha

Yogur

18	Kcal	HC	Lip	Prot
	739	92	27	32

Espaguetis integrales al pomodoro
Filete de pollo asado en salsa
Ensalada tricolor

Fruta de temporada

24	Kcal	HC	Lip	Prot
	564	80	16	25

Sopa de cocido
Cocido tradicional completo

Fruta de temporada

25	Kcal	HC	Lip	Prot
	614	76	22	27

Crema de verduras al natural
Lomo de cerdo asado en salsa cítrica de naranja
Arroz pilaf
Helado/Fruta de temporada

Miércoles

5	Kcal	HC	Lip	Prot
	641	89	17	33

Jueves

6	Kcal	HC	Lip	Prot
	656	71	26	34

Wok de arroz salteado con verduras
Cuarto trasero de pollo con miel, romero y limón
Ensalada de lechuga y zanahoria
Fruta de temporada

12	Kcal	HC	Lip	Prot
	636	65	28	29

Brócoli rehogado con ajo y cebolla
Filete de pollo asado al curry
Patatas fritas

Fruta de temporada

19	Kcal	HC	Lip	Prot
	664	74	23	41

Lentejas guisadas con chorizo
Cuarto trasero asado en su jugo
Ensalada de lechuga y zanahoria

Fruta de temporada

26	Kcal	HC	Lip	Prot
	737	95	26	28

Alubias blancas con zanahorias
Tortilla de patata
Ensalada de lechuga y tomate

Yogur

27	Kcal	HC	Lip	Prot
	664	86	22	27

Macarrones integrales con salsa de tomate casera
Huevos a la plancha
Ensalada de lechuga y maíz
Fruta de temporada



Este menú se ha diseñado siguiendo los criterios nutricionales que marca el Real Decreto 315/2025, de 15 de abril, por el que se establecen normas de desarrollo de la Ley 17/2011, de 5 de julio, de seguridad alimentaria y nutrición, para el fomento de una alimentación saludable y sostenible en centros educativos.

Consulte al personal de cocina la Declaración de alérgenos.