



# Menú de: ABRIL 2024 SIN LEGUMBRES

## Lunes

**1**   
**NO LECTIVO**

## Martes

Kcal	HC	Lip	Prot
701	117	15	25

2 Pasta s/g-h con salsa de tomate casera  
Delicias de merluzas caseras  
Menestra salteada con ajilimójili  
Gelatina

## Miércoles

Kcal	HC	Lip	Prot
595	90	14	27

3 Arroz blanco con tomate frito  
Salmón con salsa de naranja  
Ensalada de lechuga, zanahoria y naranja  
Fruta de temporada

## Jueves

Kcal	HC	Lip	Prot
626	85	20	24

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

## Viernes

Kcal	HC	Lip	Prot
630	75	31	22

5 Crema de calabacín natural  
Filete de pollo asado con un punto de mostaza  
Patatas fritas crujientes  
Yogur

Kcal	HC	Lip	Prot
622	90	17	26

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

Kcal	HC	Lip	Prot
566	67	31	19

9 Sopa de fideos s/g-h  
Escalopines de cerdo a la plancha  
Ensalada de lechuga y maíz  
Yogur

Kcal	HC	Lip	Prot
537	58	25	19

10 Crema de verduras al natural  
Huevos fritos  
Patatas asadas  
Fruta de temporada

Kcal	HC	Lip	Prot
641	88	17	34

11 Guiso de patatas con verduras  
Medallón de bacalao con salsa de tomate casera  
Ensalada de lechuga, naranja y maíz  
Fruta de temporada

Kcal	HC	Lip	Prot
605	80	20	16

12 Crema de zanahoria natural  
Pasta s/g-h con salsa de tomate casera  
Fruta de temporada

Kcal	HC	Lip	Prot
730	94	27	27

15 Crema de calabacín natural  
Tortilla de patata y cebolla  
Ensalada de lechuga y aceitunas  
Fruta de temporada

Kcal	HC	Lip	Prot
594	89	15	26

16 Arroz blanco con tomate  
Hamburguesa de ternera a la plancha  
Ensalada de lechuga y zanahoria  
Fruta de temporada

Kcal	HC	Lip	Prot
674	88	23	28

17 Sopa de fideos s/g-h  
Cocido tradicional completo  
Yogur

Kcal	HC	Lip	Prot
598	70	23	27

18 Crema de zanahoria natural  
Magro de cerdo estofado al estilo tradicional  
Patatas asadas  
Fruta de temporada

Kcal	HC	Lip	Prot
619	88	15	29

19 Pasta s/g-h con salsa de tomate casera  
Suprema de merluza a la gallega  
Ensalada de tomate y cebolla  
Fruta de temporada

Kcal	HC	Lip	Prot
725	70	34	33

22 Brócoli rehogado con ajito y cebolla pochada  
Albóndigas de cerdo con salsa  
Patatas fritas crujientes  
Yogur

Kcal	HC	Lip	Prot
507	65	19	19

23 Sopa fideos s/g-h  
Huevos revueltos con jamón de york y queso fundido  
Ensalada lechuga y zanahoria  
Fruta de temporada

Kcal	HC	Lip	Prot
600	70	24	26

24 Crema hortelana  
Cuartos traseros de pollo asado con miel, romero y limón  
Arroz blanco  
Helado

Kcal	HC	Lip	Prot
763	84	33	32

25 Guiso de patatas con verduras  
Filete de pollo empanado casero  
Ensalada de lechuga y tomate  
Fruta de temporada

Kcal	HC	Lip	Prot
617	94	14	28

26 Arroz con tomate frito  
Salmón en salsa menier  
Salteado de verdura dado  
Fruta de temporada

Kcal	HC	Lip	Prot
627	79	26	18

29 Crema de calabaza natural  
Tortilla de patata  
Ensalada de lechuga y remolacha  
Yogur

Kcal	HC	Lip	Prot
622	88	17	30

30 Arroz con pollo y verduras  
Pez San Pedro al horno con ajos confitados y perejil  
Ensalada lechuga y aceitunas  
Fruta de temporada

1 

2 

Kcal	HC	Lip	Prot

3 **NO LECTIVO**

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: TRATO CON RESPETO A LAS PERSONAS QUE ME SIRVEN LA COMIDA

