



| LUNES                            |   |
|----------------------------------|---|
| 10-ENE. -07-FEB.                 |   |
| CREMA DE ESPINACAS               |   |
| ARROZ CON POLLO Y HORTALIZAS     | A |
| PAN                              |   |
| FRUTA NATURAL                    |   |
| Kcal: 670 H.C.: 87 Gr: 21 Pr: 28 |   |

| MARTES                           |    |
|----------------------------------|----|
| 11-ENE. -08-FEB.                 |    |
| SOPA DE TERNERA                  |    |
| VARITAS DE MERLUZA               | Fr |
| VERDURAS DE LA HUERTA            | G  |
| PAN                              |    |
| FRUTA NATURAL                    |    |
| Kcal: 630 H.C.: 76 Gr: 27 Pr: 17 |    |

| MIÉRCOLES                        |   |
|----------------------------------|---|
| 12-ENE. -09-FEB.                 |   |
| POTAJE DE 7 VERDURAS             |   |
| ESPIRALES A LA CASERA            | G |
| QUESO RALLADO                    |   |
| PAN                              |   |
| FRUTA NATURAL                    |   |
| Kcal: 770 H.C.: 97 Gr: 11 Pr: 23 |   |

| JUEVES                           |   |
|----------------------------------|---|
| 13-ENE. -10-FEB.                 |   |
| PURÉ DE CALABAZA                 |   |
| ROPAVIEJA CON PAPAS A CUADROS    | G |
| PAN                              |   |
| FRUTA NATURAL                    |   |
| Kcal: 839 H.C.: 92 Gr: 22 Pr: 36 |   |

| VIERNES                          |   |
|----------------------------------|---|
| 14-ENE. -11-FEB.                 |   |
| POTAJE DE JUDIAS PINTAS          |   |
| PASTEL DE ESPINACAS              | A |
| ENSALADA DE TOMATES              |   |
| PAN INTEGRAL                     |   |
| YOGUR DE SABORES                 |   |
| Kcal: 770 H.C.: 73 Gr: 21 Pr: 31 |   |

| LUNES                            |   |
|----------------------------------|---|
| 17-ENE. -14-FEB.                 |   |
| SOPA DE POLLO Y HIERBAHUERTO     |   |
| FOGONERO EN SALSA VIZCAINA       | A |
| JARDINERA DE VERDURAS            | A |
| PAN                              |   |
| FRUTA NATURAL                    |   |
| Kcal: 728 H.C.: 65 Gr: 31 Pr: 44 |   |

| MARTES                            |   |
|-----------------------------------|---|
| 18-ENE. -15-FEB.                  |   |
| PURÉ DE HORTALIZAS                |   |
| JUDIAS PINTAS CON ARROZ           | G |
| PAN                               |   |
| YOGUR DE SABORES                  |   |
| Kcal: 827 H.C.: 110 Gr: 24 Pr: 37 |   |

| MIÉRCOLES                        |   |
|----------------------------------|---|
| 19-ENE. -16-FEB.                 |   |
| POTAJE DE BERROS                 |   |
| ALBÓNDIGAS A LA CASERA           | A |
| MACARRONES SALTEADOS             | G |
| PAN                              |   |
| FRUTA NATURAL                    |   |
| Kcal: 781 H.C.: 85 Gr: 41 Pr: 39 |   |

| JUEVES                           |   |
|----------------------------------|---|
| 20-ENE. -17-FEB.                 |   |
| POTAJE DE LENTEJAS CON CALABAZA  |   |
| PIZZA A NUESTRO ESTILO           | A |
| PAN                              |   |
| FRUTA NATURAL                    |   |
| Kcal: 803 H.C.: 84 Gr: 15 Pr: 30 |   |

| VIERNES                          |   |
|----------------------------------|---|
| 21-ENE. -18-FEB.                 |   |
| CREMA DE PUERROS Y ZANAHORIAS    |   |
| EMPANADILLAS DE BONITO           | A |
| ENSALADA TROPICAL                |   |
| PAN INTEGRAL                     |   |
| FRUTA NATURAL                    |   |
| Kcal: 743 H.C.: 86 Gr: 38 Pr: 14 |   |

| LUNES                            |   |
|----------------------------------|---|
| 24-ENE. -21-FEB.                 |   |
| CREMA DE COLIFLOR                |   |
| POLLO AL AJILLO                  | A |
| PAPAS DORADAS                    | A |
| PAN                              |   |
| GELATINA                         |   |
| Kcal: 960 H.C.: 89 Gr: 52 Pr: 92 |   |

| MARTES                           |   |
|----------------------------------|---|
| 25-ENE. -22-FEB.                 |   |
| POTAJE CANARIO                   |   |
| ESPAGUETTIS A LA MARINARA        | G |
| QUESO RALLADO                    |   |
| PAN                              |   |
| FRUTA NATURAL                    |   |
| Kcal: 667 H.C.: 89 Gr: 23 Pr: 27 |   |

| MIÉRCOLES                       |   |
|---------------------------------|---|
| 26-ENE. -23-FEB.                |   |
| PURÉ DE LENTEJAS                |   |
| PAELLA MIXTA                    | A |
| PAN                             |   |
| FRUTA NATURAL                   |   |
| Kcal: 638 H.C.: 99 Gr: 5 Pr: 29 |   |

| JUEVES                               |    |
|--------------------------------------|----|
| 27-ENE. -24-FEB.                     |    |
| POTAJE DE ESPINACAS Y JUDIAS BLANCAS |    |
| CROQUETAS DE ABADEJO                 | Fr |
| ENSALADILLA RUSA                     | G  |
| PAN                                  |    |
| FRUTA NATURAL                        |    |
| Kcal: 988 H.C.: 86 Gr: 77 Pr: 22     |    |

| VIERNES                          |   |
|----------------------------------|---|
| 28-ENE. -25-FEB.                 |   |
| POTAJE HORTELANO                 |   |
| TORTILLA ESPAÑOLA                | A |
| JAMÓN                            |   |
| PAN INTEGRAL                     |   |
| FRUTA NATURAL                    |   |
| Kcal: 729 H.C.: 65 Gr: 24 Pr: 26 |   |

| LUNES                            |   |
|----------------------------------|---|
| 31-ENE. -28-FEB.                 |   |
| SOPA MARINERA                    |   |
| FRICASSÉ DE PAVO                 | A |
| MENESTRA SALTEADA                | A |
| PAN                              |   |
| FRUTA NATURAL                    |   |
| Kcal: 697 H.C.: 62 Gr: 34 Pr: 39 |   |

| MARTES                           |   |
|----------------------------------|---|
| 01-FEB. -01-MAR.                 |   |
| RANCHO CANARIO                   |   |
| CHURROS DE PESCADO               | A |
| ENSALADA 4 COLORES               |   |
| PAN                              |   |
| FRUTA NATURAL                    |   |
| Kcal: 889 H.C.: 91 Gr: 40 Pr: 19 |   |

| MIÉRCOLES                        |   |
|----------------------------------|---|
| 02-FEB. -02-MAR.                 |   |
| PURÉ DE ZANAHORIA Y BUBANGO      |   |
| TERNERA ESTOFADA CON VERDURAS    | G |
| PAN                              |   |
| YOGUR DE SABORES                 |   |
| Kcal: 749 H.C.: 76 Gr: 16 Pr: 66 |   |

| JUEVES                            |   |
|-----------------------------------|---|
| 03-FEB. -03-MAR.                  |   |
| CREMA DE ACELGAS                  |   |
| LENTEJAS COMPUESTAS               | G |
| ARROZ BLANCO                      | A |
| PAN                               |   |
| FRUTA NATURAL                     |   |
| Kcal: 787 H.C.: 109 Gr: 21 Pr: 33 |   |

| VIERNES                          |   |
|----------------------------------|---|
| 04-FEB. -04-MAR.                 |   |
| POTAJE DE VERDURAS               |   |
| PIZZA MARINERA                   | A |
| PAN INTEGRAL                     |   |
| FRUTA NATURAL                    |   |
| Kcal: 746 H.C.: 74 Gr: 15 Pr: 25 |   |

La información completa sobre Ingredientes, así como la Valoración Nutricional del Menú podrán obtenerse a través de su Centro Educativo. En cumplimiento del Reglamento (UE) nº 1169/2011 del Parlamento y del Consejo Europeo y del R.D. 126/2015



DEPARTAMENTO DE CALIDAD Y NUTRICIÓN.  
RESPONSABLE: ANA GOYA (T. ESP. EN DIETÉTICA)



\* EL MENÚ CONTIENE GLUTEN A DIARIO



A HORNO/VAPOR  
G GUISADO/ESTOFADO  
F FRITO