



LUNES	
04-NOV. -02-DIC.	
POTAJE DE OTOÑO	
LOMO ASADO CON SALSA DE MANZANA	A
HABICHUELAS CON ZANAHORIAS	A
PAN	
FRUTA DE TEMPORADA	
Kcal: 710 H.C.: 69 Gr: 28 Pr: 44	

MARTES	
05-NOV. -03-DIC.	
PURÉ DE ZANAHORIA Y BUBANGO	
ARROZ AMARILLO	A
PAN	
FRUTA DE TEMPORADA	
Kcal: 749 H.C.: 90 Gr: 5 Pr: 24	

MIÉRCOLES	
06-NOV. -04-DIC.	
SOPA MARINERA	
PECHUGA DE POLLO EMPANADA	Fr
ENSALADA CHINA	
PAN	
GELATINA	
Kcal: 680 H.C.: 86 Gr: 31 Pr: 43	

JUEVES	
07-NOV. -05-DIC.	
POTAJE DE LEGUMBRES	
MERLUZA A LA GALLEGA	A
PAPAS GUIADAS	A
PAN	
FRUTA DE TEMPORADA	
Kcal: 614 H.C.: 85 Gr: 11 Pr: 40	

VIERNES	
08-NOV. -06-DIC.	
CREMA DE COLIFLOR	
MACARRONES A LA CASERA	G
PAN INTEGRAL	
FRUTA DE TEMPORADA	
Kcal: 753 H.C.: 87 Gr: 28 Pr: 29	

LUNES	
11-NOV. -09-DIC.	
POTAJE DE BERROS Y CALABACÍN	
JUDIAS PINTAS CON ARROZ	G
PAN	
FRUTA DE TEMPORADA	
Kcal: 787 H.C.: 109 Gr: 17 Pr: 33	

MARTES	
12-NOV. -10-DIC.	
CREMA DE CALABAZA	
JAMONCITOS DE POLLO A LA BARBACOA	A
PAPAS PANADERAS	A
PAN	
YOGUR DE SABORES	
Kcal: 878 H.C.: 88 Gr: 39 Pr: 91	

MIÉRCOLES	
13-NOV. -11-DIC.	
POTAJE DE LENTEJAS	
ENSALADA DE PASTA TRICOLOR CON CABALLA Y ACEITUNAS NEGRAS	G
PAN	
FRUTA DE TEMPORADA	
Kcal: 775 H.C.: 136 Gr: 10 Pr: 36	

JUEVES	
14-NOV. -12-DIC.	
PURÉ DE 7 VERDURAS	
TORTILLA DE PAPAS Y QUESO	A
PAN	
FRUTA DE TEMPORADA	
Kcal: 722 H.C.: 64 Gr: 33 Pr: 28	

VIERNES	
15-NOV. -13-DIC.	
RANCHO CANARIO	
CHURROS DE PESCADO	Fr
ENSALADA DE COL Y ZANAHORIA	
PAN INTEGRAL	
FRUTA DE TEMPORADA	
Kcal: 837 H.C.: 91 Gr: 33 Pr: 19	

LUNES	
18-NOV. -16-DIC.	
SOPA DE PICADILLO DE POLLO	
LOMOS DE MERLUZA CON MOJO	A
VERDURAS SALTEADAS	A
PAN	
FRUTA DE TEMPORADA	
Kcal: 750 H.C.: 57 Gr: 29 Pr: 43	

MARTES	
19-NOV. -17-DIC.	
POTAJE DE VERDURAS	
ESPAGUETTIS A LA BOLOÑESA	G
PAN	
GELATINA	
Kcal: 755 H.C.: 98 Gr: 15 Pr: 33	

MIÉRCOLES	
20-NOV. -18-DIC.	
CREMA DE ESPINACAS	
ESTOFADO DE GARBANZOS CON COSTILLA MECHADA	G
PAPAS A CUADROS	A
PAN	
FRUTA DE TEMPORADA	
Kcal: 978 H.C.: 123 Gr: 18 Pr: 40	

JUEVES	
21-NOV. -19-DIC.	
PURÉ DE PUERROS	
ARROZ CUATRO ESTACIONES	A
PAN	
FRUTA DE TEMPORADA	
Kcal: 671 H.C.: 88 Gr: 15 Pr: 28	

VIERNES	
22-NOV. -20-DIC.	
POTAJE DE LENTEJAS	
PIZZA MARINERA	A
PAN INTEGRAL	
FRUTA DE TEMPORADA	
Kcal: 741 H.C.: 82 Gr: 12 Pr: 34	

LUNES	
25-NOV. -23-DIC.	
CREMA CANARIA	
POLLO AL AJILLO	A
PISTO DE VERDURAS	G
PAN	
FRUTA DE TEMPORADA	
Kcal: 857 H.C.: 70 Gr: 42 Pr: 82	

MARTES	
26-NOV. -24-DIC.	
POTAJE DE ACELGAS Y CALABAZA	
CROQUETAS DE PESCADO	Fr
ENSALADA MARAVILLA	
PAN	
FRUTA DE TEMPORADA	
Kcal: 757 H.C.: 89 Gr: 60 Pr: 20	

MIÉRCOLES	
27-NOV. -25-DIC.	
POTAJE DE JUDIAS PINTAS	
TORTILLA ESPAÑOLA CON CALABACINES	A
PAN	
YOGUR DE SABORES	
Kcal: 745 H.C.: 57 Gr: 25 Pr: 30	

JUEVES	
28-NOV. -26-DIC.	
CREMA DE HORTALIZAS	
HAMBURGUESAS DE TERNERA CON SALSA CASERA DE TOMATE	A
ARROZ 3 DELICIAS	A
PAN	
FRUTA DE TEMPORADA	
Kcal: 772 H.C.: 106 Gr: 43 Pr: 82	

VIERNES	
29-NOV. -27-DIC.	
SOPA DE PUCHERO	
FOGONERO ENCEBOLLADO	A
PAPAS ARRUGADAS	G
PAN INTEGRAL	
FRUTA DE TEMPORADA	
Kcal: 692 H.C.: 83 Gr: 23 Pr: 46	

La información completa sobre Ingredientes, así como la Valoración Nutricional del Menú la podrán obtener a través de su Centro Educativo. En cumplimiento del Reglamento (UE) nº 1169/2011 del

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



* EL MENÚ CONTIENE GLUTEN A DIARIO

A HORNO/VAPOR
G GUISADO/ESTOFADO
Fr FRITO

