

FEBRERO 2026 BASAL

LUNES

MARTES

MIÉRCOLES

JUEVES

VIERNES

DIA 2

KCAL	Hidr.(g)	Lípid.(g)	Prot.(g)
482,09	50,72	23,35	11,52

Brócoli con taquitos de jamón York (6)
Tortilla de patata (3)
Ensalada de lechuga, zanahoria y maíz (12)
Pan (1, T6, T10, T11)
Pera

CENA: Verdura y pescado

DIA 9

KCAL	Hidr.(g)	Lípid.(g)	Prot.(g)
539,62	52,90	28,13	16,90

Patatas a la riojana (con chorizo) (12)
Tortilla francesa (3)
Ensalada de lechuga, zanahoria y maíz (12)
Pan integral (1, T6, T10, T11)
Manzana

CENA: Verdura y pescado

DIA 16

KCAL	Hidr.(g)	Lípid.(g)	Prot.(g)
527,73	51,31	25,52	19,76

Crema de puerros (con patata)
Hamburguesa mixta en salsa (19, T6)
Ensalada de lechuga, zanahoria y maíz (12)
Pan (1, T6, T10, T11)
Naranja

CENA: Verdura y pescado

DIA 23

KCAL	Hidr.(g)	Lípid.(g)	Prot.(g)
593,89	50,53	36,22	35,33

Judías verdes con salsa de tomate casera (19)
Lacón asado en su jugo
Patatas fritas
Pan (1, T6, T10, T11)
Pera

CENA: Verdura y pescado

DIA 3

KCAL	Hidr.(g)	Lípid.(g)	Prot.(g)
653,52	72,80	23,02	48,47

Lentejas estofadas con arroz integral (19, T1)
Lomo de cerdo de sajonia con salsa de manzana
Ensalada de lechuga, tomate y cebolla (12)
Pan integral (1, T6, T10, T11)
Mandarina

CENA: Ensalada y pescado

DIA 10

KCAL	Hidr.(g)	Lípid.(g)	Prot.(g)
653,91	95,83	19,46	43,92

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

CENA: Ensalada y pavo

DIA 17

KCAL	Hidr.(g)	Lípid.(g)	Prot.(g)
562,78	80,02	14,60	27,81

Arroz con salsa casera de tomate
Rape en salsa meniere (perejil y limón) (4)
Ensalada de lechuga, tomate y cebolla (12)
Pan integral (1, T6, T10, T11)
Pera

CENA: Ensalada y ternera

DIA 24

KCAL	Hidr.(g)	Lípid.(g)	Prot.(g)
663,85	101,46	19,46	43,77

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

CENA: Ensalada y huevo

DIA 4

KCAL	Hidr.(g)	Lípid.(g)	Prot.(g)
642,94	72,27	19,68	43,89

Paella Valenciana (pollo y judías verdes) (19)
Salmón con salsa de eneldo (2, 4)
Ensalada de lechuga, tomate y zanahoria (12)
Pan (1, T6, T10, T11)
Manzana

CENA: Verdura y pavo

DIA 11

KCAL	Hidr.(g)	Lípid.(g)	Prot.(g)
725,25	72,02	26,85	37,32

Arroz milanese (bacon y queso) (6, 7)
Dorado con verduras
Ensalada de lechuga, tomate y maíz (12)
Pan (1, T6, T10, T11)
Pera

CENA: Verdura y ternera

DIA 18

KCAL	Hidr.(g)	Lípid.(g)	Prot.(g)
653,57	81,35	25,53	24,39

Lentejas estofadas con verduras (patata, zanahoria y pimiento) (19, T1)
Tortilla de patata (3)
Ensalada de lechuga, tomate y maíz (12)
Pan (1, T6, T10, T11)
Mandarina

CENA: Verdura y huevo

DIA 25

KCAL	Hidr.(g)	Lípid.(g)	Prot.(g)
653,12	76,03	25,80	26,39

Macarrones a la boloñesa (1, 12, T3)
Revuelto de huevo con jamón York (3, 6)
Ensalada de lechuga, tomate y zanahoria (12)
Pan (1, T6, T10, T11)
Manzana

CENA: Verdura y pescado

DIA 5

KCAL	Hidr.(g)	Lípid.(g)	Prot.(g)
853,03	112,40	27,33	37,04

Crema de zanahoria ECO
Escalope de pollo (casero) (1, 3, 12, T11)
Patatas revolconas
Pan integral (1, T6, T10, T11)
Plátano

CENA: Verdura y pescado

DIA 12

KCAL	Hidr.(g)	Lípid.(g)	Prot.(g)
575,49	36,76	35,11	29,04

Guisantes rehogados con jamón York (6, 19)
Magro de cerdo en salsa de tomate (zanahoria, pimiento y cebolla)
Ensalada de lechuga, tomate y cebolla (12)
Pan integral (1, T6, T10, T11)
Mandarina

CENA: Ensalada y pescado

DIA 19

KCAL	Hidr.(g)	Lípid.(g)	Prot.(g)
562,63	91,92	18,23	24,50

Fideuá con verduras (calabacín y pimientos) (1, T3)
Bacalao al pil pil (ajo y perejil) (4)
Ensalada de tomate (12)
Pan integral (1, T6, T10, T11)
Manzana

CENA: Verdura y pavo

DIA 26

KCAL	Hidr.(g)	Lípid.(g)	Prot.(g)
661,34	67,45	27,49	36,04

JORNADA GASTRONÓMICA
Arroz tres delicias (tortilla, gambas y jamón York) (2, 3, 6)
Wok de pollo con verduras y soja (pimiento, calabacín y ajo) (1, 6)
Ensalada de lechuga, tomate y maíz (12)
Pan integral (1, T6, T10, T11)
Plátano

CENA: Verdura y huevo

DIA 6

KCAL	Hidr.(g)	Lípid.(g)	Prot.(g)
569,10	60,74	21,00	31,33

Espaguetis con salsa de tomate casera (1, T3)
Merluza en salsa con verduras (puero y cebolla) (4, 19, T2, T14)
Ensalada de lechuga, zanahoria y maíz (12)
Pan (1, T6, T10, T11)
Yogur natural (7)

CENA: Verdura y ternera

DIA 13

KCAL	Hidr.(g)	Lípid.(g)	Prot.(g)
515,30	55,80	17,35	30,66

Crema de verdura (calabacín ECO, brócoli, zanahoria, patatas y puerro)
Ragout de pollo en salsa
Patatas panaderas (12)
Pan (1, T6, T10, T11)
Yogur natural (7)

CENA: Verdura y huevo

DIA 20

KCAL	Hidr.(g)	Lípid.(g)	Prot.(g)
434,34	38,35	12,99	31,75

Brócoli a la bilbaina (12)
Pollo asado a las finas hierbas (12)
Arroz integral
Pan (1, T6, T10, T11)
Yogur natural (7)

CENA: Ensalada y huevo

DIA 27

KCAL	Hidr.(g)	Lípid.(g)	Prot.(g)
585,41	54,04	19,92	42,70

Patatas guisadas con verduras (pimiento y zanahoria)
Salmón al horno (2, 4)
Ensalada de lechuga, tomate y cebolla (12)
Pan (1, T6, T10, T11)
Yogur natural (7)

CENA: Verdura y pollo

Valoración nutricional: Calcio 57,0 Hierro 1,6 Sodio 258,1 Vit. A 239,1 Vit. B1 0,1 Vit. B2 0,1 Vit. C 42,3 Ác. fólico 59,8 Fibra 7,8 Colest. 29,0 AGS 4,8 AGM 4,4 AGP 5,6

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.



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 y juntas 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



¡A comer!

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[®]

FEBRERO 2026 ALERGIA A LEGUMBRES

LUNES					MARTES					MIÉRCOLES					JUEVES					VIERNES				
DIA 2					DIA 3					DIA 4					DIA 5					DIA 6				
KCAL	Hidr.(g)	Lípid.(g)	Prot.(g)		KCAL	Hidr.(g)	Lípid.(g)	Prot.(g)		KCAL	Hidr.(g)	Lípid.(g)	Prot.(g)		KCAL	Hidr.(g)	Lípid.(g)	Prot.(g)		KCAL	Hidr.(g)	Lípid.(g)	Prot.(g)	
396,72	35,52	22,39	7,43		554,87	62,67	22,28	36,24		437,69	35,75	17,53	34,70		782,33	98,30	26,85	34,54		442,85	43,24	16,51	27,87	
Brócoli a la bilbaina (12)					Arroz caldoso con verduras (sin legumbre)					Crema de calabaza (con patata)					Crema de zanahoria ECO					Espaguetis con salsa de tomate casera (1, T3)				
Tortilla de patata (3)					Lomo de cerdo de sajonia con salsa de manzana					Salmón con salsa de eneldo (2, 4)					Escalope de pollo (casero) (1, 3, 12, T11)					Merluza con salsa Mery (ajo y perejil) (4, T2, T14)				
Ensalada de lechuga, zanahoria y maíz (12)					Ensalada de lechuga, tomate y cebolla (12)					Ensalada de lechuga, tomate y zanahoria (12)					Patatas revolconas					Ensalada de lechuga, zanahoria y maíz (12)				
Pera					Mandarina					Manzana					Plátano					Yogur natural (7)				
CENA: Verdura y pescado					CENA: Ensalada y pescado					CENA: Verdura y pavo					CENA: Verdura y pescado					CENA: Verdura y ternera				
DIA 9					DIA 10					DIA 11					DIA 12					DIA 13				
KCAL	Hidr.(g)	Lípid.(g)	Prot.(g)		KCAL	Hidr.(g)	Lípid.(g)	Prot.(g)		KCAL	Hidr.(g)	Lípid.(g)	Prot.(g)		KCAL	Hidr.(g)	Lípid.(g)	Prot.(g)		KCAL	Hidr.(g)	Lípid.(g)	Prot.(g)	
468,91	38,80	27,65	14,40		487,15	46,37	19,19	30,07		573,08	62,25	19,55	29,81		553,61	35,84	34,16	25,81		444,59	41,70	16,87	28,17	
Patatas a la riojana (con chorizo) (12)					Sopa de fideos con verduras (1, 9, T3)					Arroz de la huerta (tomate, pimiento y zanahoria)					Crema de zanahoria					Crema de verdura (calabacín ECO, brócoli, zanahoria, patatas y puerro)				
Tortilla francesa (3)					carne de pollo, ternera, patata y zanahoria (12)					Dorado con verduritas					Magro de cerdo en salsa de tomate (zanahoria, pimiento y cebolla)					Ragout de pollo en salsa				
Ensalada de lechuga, zanahoria y maíz (12)					Naranja					Ensalada de lechuga, tomate y maíz (12)					Ensalada de lechuga, tomate y cebolla (12)					Patatas panaderas (12)				
Manzana					CENA: Ensalada y pavo					Pera					Mandarina					Yogur natural (7)				
CENA: Verdura y pescado										CENA: Verdura y ternera					CENA: Ensalada y pescado					CENA: Verdura y huevo				
DIA 16					DIA 17					DIA 18					DIA 19					DIA 20				
KCAL	Hidr.(g)	Lípid.(g)	Prot.(g)		KCAL	Hidr.(g)	Lípid.(g)	Prot.(g)		KCAL	Hidr.(g)	Lípid.(g)	Prot.(g)		KCAL	Hidr.(g)	Lípid.(g)	Prot.(g)		KCAL	Hidr.(g)	Lípid.(g)	Prot.(g)	
384,86	34,70	12,89	22,87		492,08	65,92	14,12	25,31		435,68	38,30	26,44	10,78		491,93	77,82	17,75	22,01		363,64	24,25	12,51	29,26	
Crema de puerros (con patata)					Arroz con salsa casera de tomate					Coliflor a la gallega (12)					Fideuá con verduras (calabacín y pimientos) (1, T3)					Brócoli a la bilbaina (12)				
Hamburguesa de pollo (casera) (1, 3, 12, T11)					Rape en salsa meniere (perejil y limón) (4)					Tortilla de patata (3)					Bacalao al pil pil (ajo y perejil) (4)					Pollo asado a las finas hierbas (12)				
Ensalada de lechuga, zanahoria y maíz (12)					Ensalada de lechuga, tomate y cebolla (12)					Ensalada de lechuga, tomate y maíz (12)					Ensalada de tomate (12)					Arroz integral				
Naranja					Pera					Mandarina					Manzana					Yogur natural (7)				
CENA: Verdura y pescado					CENA: Ensalada y ternera					CENA: Verdura y huevo					CENA: Verdura y pavo					CENA: Ensalada y huevo				
DIA 23					DIA 24					DIA 25					DIA 26					DIA 27				
KCAL	Hidr.(g)	Lípid.(g)	Prot.(g)		KCAL	Hidr.(g)	Lípid.(g)	Prot.(g)		KCAL	Hidr.(g)	Lípid.(g)	Prot.(g)		KCAL	Hidr.(g)	Lípid.(g)	Prot.(g)		KCAL	Hidr.(g)	Lípid.(g)	Prot.(g)	
541,41	44,74	34,46	32,05		497,09	52,00	19,19	29,92		539,17	63,69	21,62	19,26		684,68	79,58	26,78	31,56		514,71	39,94	19,44	40,21	
Crema de zanahoria					Sopa de fideos con verduras (1, 9, T3)					Macarrones a la boloñesa (1, 12, T3)					Arroz de la huerta (tomate, pimiento y zanahoria)					Patatas guisadas con verduras (pimiento y zanahoria)				
Lacón asado en su jugo					carne de pollo, ternera, patata y zanahoria (12)					Revuelto de huevo con calabacín (3)					Wok de pollo con verduritas (pimiento, calabacín y ajo) (sin soja)					Salmón al horno (2, 4)				
Patatas fritas					Naranja ecológica					Ensalada de lechuga, tomate y zanahoria (12)					Ensalada de lechuga, tomate y maíz (12)					Ensalada de lechuga, tomate y cebolla (12)				
Pera					CENA: Ensalada y huevo					Manzana					Plátano					Yogur natural (7)				
CENA: Verdura y pescado										CENA: Verdura y pescado					CENA: Verdura y huevo					CENA: Verdura y pollo				

Valoración nutricional: Calcio 35,6 Hierro 0,7 Sodio 60,7 Vit. A 331,4 Vit. B1 0,1 Vit. B2 0,1 Vit. C 44,6 Ác. fólico 37,3 Fibra 6,2 Colest. 27,1 AGS 4,4 AGM 4,4 AGP 5,3

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.



FEBRERO 2026 ALERGIA A PESCADO Y MARISCO

LUNES					MARTES					MIÉRCOLES					JUEVES					VIERNES				
DIA 2	KCAL	Hidr.(g)	Lípid.(g)	Prot.(g)	DIA 3	KCAL	Hidr.(g)	Lípid.(g)	Prot.(g)	DIA 4	KCAL	Hidr.(g)	Lípid.(g)	Prot.(g)	DIA 5	KCAL	Hidr.(g)	Lípid.(g)	Prot.(g)	DIA 6	KCAL	Hidr.(g)	Lípid.(g)	Prot.(g)
482,09	50,72	23,35	11,52		653,52	72,80	23,02	48,47		665,35	70,72	33,84	40,13		853,03	112,40	27,33	37,04		581,22	57,57	23,29	40,67	
Brócoli con taquitos de jamón York (6) Tortilla de patata (3) Ensalada de lechuga, zanahoria y maíz (12) Pan (1, T6, T10, T11) Pera CENA: Verdura y pollo					Lentejas estofadas con arroz integral (19, T1) Lomo de cerdo de sajonia con salsa de manzana Ensalada de lechuga, tomate y cebolla (12) Pan integral (1, T6, T10, T11) Mandarina CENA: Ensalada y huevo					Paella Valenciana (pollo y judías verdes) (19) Lacón asado en su jugo Ensalada de lechuga, tomate y zanahoria (12) Pan (1, T6, T10, T11) Manzana CENA: Verdura y pavo					Crema de zanahoria ECO Escalope de pollo (casero) (1, 3, 12, T11) Patatas revolconas Pan integral (1, T6, T10, T11) Plátano CENA: Verdura y pavo					Espaguetis con salsa de tomate casera (1, T3) Lomo de sajonia Ensalada de lechuga, zanahoria y maíz (12) Pan (1, T6, T10, T11) Yogur natural (7) CENA: Verdura y ternera				
DIA 9	KCAL	Hidr.(g)	Lípid.(g)	Prot.(g)	DIA 10	KCAL	Hidr.(g)	Lípid.(g)	Prot.(g)	DIA 11	KCAL	Hidr.(g)	Lípid.(g)	Prot.(g)	DIA 12	KCAL	Hidr.(g)	Lípid.(g)	Prot.(g)	DIA 13	KCAL	Hidr.(g)	Lípid.(g)	Prot.(g)
539,62	52,90	28,13	16,90		653,91	95,83	19,46	43,92		733,60	69,68	40,17	40,70		575,49	36,76	35,11	29,04		515,30	55,80	17,35	30,66	
Patatas a la riojana (con chorizo) (12) Tortilla francesa (3) Ensalada de lechuga, zanahoria y maíz (12) Pan integral (1, T6, T10, T11) Manzana CENA: Verdura y pollo					Cocido: sopa de fideos integrales (1, 19, T3, T6, T10) Garbanzos, pollo, ternera, patata y zanahoria (12, 19) Pan (1, T6, T10, T11) Naranja CENA: Ensalada y pavo					Arroz milanesa (bacon y queso) (6, 7) Lacón asado en su jugo Ensalada de lechuga, tomate y maíz (12) Pan (1, T6, T10, T11) Pera CENA: Verdura y ternera					Guisantes rehogados con jamón York (6, 19) Magro de cerdo en salsa de tomate (zanahoria, pimiento y cebolla) Ensalada de lechuga, tomate y cebolla (12) Pan integral (1, T6, T10, T11) Mandarina CENA: Ensalada y pavo					Crema de verdura (calabacín ECO, brócoli, zanahoria, patatas y puerro) Ragout de pollo en salsa Patatas panaderas (12) Pan (1, T6, T10, T11) Yogur natural (7) CENA: Verdura y huevo				
DIA 16	KCAL	Hidr.(g)	Lípid.(g)	Prot.(g)	DIA 17	KCAL	Hidr.(g)	Lípid.(g)	Prot.(g)	DIA 18	KCAL	Hidr.(g)	Lípid.(g)	Prot.(g)	DIA 19	KCAL	Hidr.(g)	Lípid.(g)	Prot.(g)	DIA 20	KCAL	Hidr.(g)	Lípid.(g)	Prot.(g)
527,73	51,31	25,52	19,76		632,48	79,92	21,97	38,56		653,57	81,35	25,53	24,39		712,35	92,43	38,15	37,96		434,34	38,35	12,99	31,75	
Crema de puerros (con patata) Hamburguesa mixta en salsa (19, T6) Ensalada de lechuga, zanahoria y maíz (12) Pan (1, T6, T10, T11) Naranja CENA: Verdura y pavo					Arroz con salsa casera de tomate Lomo de sajonia Ensalada de lechuga, tomate y cebolla (12) Pan integral (1, T6, T10, T11) Pera CENA: Ensalada y ternera					Lentejas estofadas con verduras (patata, zanahoria y pimiento) (19, T1) Tortilla de patata (3) Ensalada de lechuga, tomate y maíz (12) Pan (1, T6, T10, T11) Mandarina CENA: Verdura y huevo					Fideuá con verduras (calabacín y pimientos) (1, T3) Lacón asado en su jugo Ensalada de tomate (12) Pan integral (1, T6, T10, T11) Manzana CENA: Verdura y pavo					Brócoli a la bilbaina (12) Pollo asado a las finas hierbas (12) Arroz integral Pan (1, T6, T10, T11) Yogur natural (7) CENA: Ensalada y huevo				
DIA 23	KCAL	Hidr.(g)	Lípid.(g)	Prot.(g)	DIA 24	KCAL	Hidr.(g)	Lípid.(g)	Prot.(g)	DIA 25	KCAL	Hidr.(g)	Lípid.(g)	Prot.(g)	DIA 26	KCAL	Hidr.(g)	Lípid.(g)	Prot.(g)	DIA 27	KCAL	Hidr.(g)	Lípid.(g)	Prot.(g)
593,89	50,53	36,22	35,33		663,85	101,46	19,46	43,77		653,12	76,03	25,80	26,39		746,27	90,41	27,11	35,16		570,28	54,15	22,74	41,37	
Judías verdes con salsa de tomate casera (19) Lacón asado en su jugo Patatas fritas Pan (1, T6, T10, T11) Pera CENA: Verdura y pavo					Cocido: sopa de fideos integrales (1, 19, T3, T6, T10) Garbanzos, pollo, ternera, patata y zanahoria (12, 19) Pan integral (1, T6, T10, T11) Naranja ecológica CENA: Ensalada y huevo					Macarrones a la boloñesa (1, 12, T3) Revuelto de huevo con jamón York (3, 6) Ensalada de lechuga, tomate y zanahoria (12) Pan (1, T6, T10, T11) Manzana CENA: Verdura y pollo					Arroz tres delicias (sin pescado) (3, 6, 19) Wok de pollo con verduritas y soja (pimiento, calabacín y ajo) (1, 6) Ensalada de lechuga, tomate y maíz (12) Pan integral (1, T6, T10, T11) Plátano CENA: Verdura y huevo					Patatas guisadas con verduras (pimiento y zanahoria) Lomo de sajonia Ensalada de lechuga, tomate y cebolla (12) Pan (1, T6, T10, T11) Yogur natural (7) CENA: Verdura y pollo				
Valoracion nutricional: Calcio 53,8 Hierro 1,5 Sodio 246,6 Vit. A 226,3 Vit. B1 0,1 Vit. B2 0,1 Vit. C 40,1 Ác. fólico 56,7 Fibra 7,9 Colest. 23,2 AGS 5,9 AGM 3,8 AGP 5,3																								

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.



FEBRERO 2026 ALERGIA A PROTEÍNA DE LECHE DE

LUNES					MARTES					VACA MIÉRCOLES					JUEVES					VIERNES				
DIA 2	KCAL	Hidr.(g)	Lípid.(g)	Prot.(g)	DIA 3	KCAL	Hidr.(g)	Lípid.(g)	Prot.(g)	DIA 4	KCAL	Hidr.(g)	Lípid.(g)	Prot.(g)	DIA 5	KCAL	Hidr.(g)	Lípid.(g)	Prot.(g)	DIA 6	KCAL	Hidr.(g)	Lípid.(g)	Prot.(g)
482,09	50,72	23,35	11,52		653,52	72,80	23,02	48,47		642,94	72,27	19,68	43,89		853,03	112,40	27,33	37,04		644,24	79,60	20,98	31,30	
Brócoli con taquitos de jamón York (6) Tortilla de patata (3) Ensalada de lechuga, zanahoria y maíz (12) Pan (1, T6, T10, T11) Pera CENA: Verdura y pescado					Lentejas estofadas con arroz integral (19, T1) Lomo de cerdo de sajonia con salsa de manzana Ensalada de lechuga, tomate y cebolla (12) Pan integral (1, T6, T10, T11) Mandarina CENA: Ensalada y pescado					Paella Valenciana (pollo y judías verdes) (19) Salmón con salsa de eneldo (2, 4) Ensalada de lechuga, tomate y zanahoria (12) Pan (1, T6, T10, T11) Manzana CENA: Verdura y pavo					Crema de zanahoria ECO Escalope de pollo (casero) (1, 3, 12, T11) Patatas revolconas Pan integral (1, T6, T10, T11) Plátano CENA: Verdura y pescado					Espaguetis con salsa de tomate casera (1, T3) Merluza en salsa con verduras (puerro y cebolla) (4, 19, T2, T14) Ensalada de lechuga, zanahoria y maíz (12) Pan (1, T6, T10, T11) Gelatina CENA: Verdura y ternera				
DIA 9	KCAL	Hidr.(g)	Lípid.(g)	Prot.(g)	DIA 10	KCAL	Hidr.(g)	Lípid.(g)	Prot.(g)	DIA 11	KCAL	Hidr.(g)	Lípid.(g)	Prot.(g)	DIA 12	KCAL	Hidr.(g)	Lípid.(g)	Prot.(g)	DIA 13	KCAL	Hidr.(g)	Lípid.(g)	Prot.(g)
539,62	52,90	28,13	16,90		653,91	95,83	19,46	43,92		643,78	76,35	20,03	32,30		575,49	36,76	35,11	29,04		590,44	74,67	17,33	30,63	
Patatas a la riojana (con chorizo) (12) Tortilla francesa (3) Ensalada de lechuga, zanahoria y maíz (12) Pan integral (1, T6, T10, T11) Manzana CENA: Verdura y pescado					Cocido: sopa de fideos integrales (1, 19, T3, T6, T10) Garbanzos, pollo, ternera, patata y zanahoria (12, 19) Pan (1, T6, T10, T11) Naranja CENA: Ensalada y pavo					Arroz de la huerta (tomate, pimiento y zanahoria) Dorado con verduras Ensalada de lechuga, tomate y maíz (12) Pan (1, T6, T10, T11) Pera CENA: Verdura y ternera					Guisantes rehogados con jamón York (6, 19) Magro de cerdo en salsa de tomate (zanahoria, pimiento y cebolla) Ensalada de lechuga, tomate y cebolla (12) Pan integral (1, T6, T10, T11) Mandarina CENA: Ensalada y pescado					Crema de verdura (calabacín ECO, brócoli, zanahoria, patatas y puerro) Ragout de pollo en salsa Patatas panaderas (12) Pan (1, T6, T10, T11) Gelatina CENA: Verdura y huevo				
DIA 16	KCAL	Hidr.(g)	Lípid.(g)	Prot.(g)	DIA 17	KCAL	Hidr.(g)	Lípid.(g)	Prot.(g)	DIA 18	KCAL	Hidr.(g)	Lípid.(g)	Prot.(g)	DIA 19	KCAL	Hidr.(g)	Lípid.(g)	Prot.(g)	DIA 20	KCAL	Hidr.(g)	Lípid.(g)	Prot.(g)
527,73	51,31	25,52	19,76		562,78	80,02	14,60	27,81		653,57	81,35	25,53	24,39		562,63	91,92	18,23	24,50		509,48	57,22	12,97	31,72	
Crema de puerros (con patata) Hamburguesa mixta en salsa (19, T6) Ensalada de lechuga, zanahoria y maíz (12) Pan (1, T6, T10, T11) Naranja CENA: Verdura y pescado					Arroz con salsa casera de tomate Rape en salsa meniere (perejil y limón) (4) Ensalada de lechuga, tomate y cebolla (12) Pan integral (1, T6, T10, T11) Pera CENA: Ensalada y ternera					Lentejas estofadas con verduras (patata, zanahoria y pimiento) (19, T1) Tortilla de patata (3) Ensalada de lechuga, tomate y maíz (12) Pan (1, T6, T10, T11) Mandarina CENA: Verdura y huevo					Fideuá con verduras (calabacín y pimientos) (1, T3) Bacalao al pil pil (ajo y perejil) (4) Ensalada de tomate (12) Pan integral (1, T6, T10, T11) Manzana CENA: Verdura y pavo					Brócoli a la bilbaina (12) Pollo asado a las finas hierbas (12) Arroz integral Pan (1, T6, T10, T11) Gelatina CENA: Ensalada y huevo				
DIA 23	KCAL	Hidr.(g)	Lípid.(g)	Prot.(g)	DIA 24	KCAL	Hidr.(g)	Lípid.(g)	Prot.(g)	DIA 25	KCAL	Hidr.(g)	Lípid.(g)	Prot.(g)	DIA 26	KCAL	Hidr.(g)	Lípid.(g)	Prot.(g)	DIA 27	KCAL	Hidr.(g)	Lípid.(g)	Prot.(g)
593,89	50,53	36,22	35,33		663,85	101,46	19,46	43,77		653,12	76,03	25,80	26,39		661,34	67,45	27,49	36,04		660,55	72,90	19,90	42,67	
Judías verdes con salsa de tomate casera (19) Lacón asado en su jugo Patatas fritas Pan (1, T6, T10, T11) Pera CENA: Verdura y pescado					Cocido: sopa de fideos integrales (1, 19, T3, T6, T10) Garbanzos, pollo, ternera, patata y zanahoria (12, 19) Pan integral (1, T6, T10, T11) Naranja ecológica CENA: Ensalada y huevo					Macarrones a la boloñesa (1, 12, T3) Revuelto de huevo con jamón York (3, 6) Ensalada de lechuga, tomate y zanahoria (12) Pan (1, T6, T10, T11) Manzana CENA: Verdura y pescado					JORNADA GASTRONÓMICA Arroz tres delicias (tortilla, gambas y jamón York) (2, 3, 6) Wok de pollo con verduras y soja (pimiento, calabacín y ajo) (1, 6) Ensalada de lechuga, tomate y maíz (12) Pan integral (1, T6, T10, T11) Plátano CENA: Verdura y huevo					Patatas guisadas con verduras (pimiento y zanahoria) Salmón al horno (2, 4) Ensalada de lechuga, tomate y cebolla (12) Pan (1, T6, T10, T11) Gelatina CENA: Verdura y pollo				
Valoración nutricional: Calcio 53,7 Hierro 1,6 Sodio 271,1 Vit. A 244,5 Vit. B1 0,1 Vit. B2 0,1 Vit. C 42,3 Ác. fólico 59,9 Fibra 7,9 Colest. 28,6 AGS 4,7					AGM 4,3 AGP 5,5																			

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.



FEBRERO 2026 ALERGIA AL HUEVO

LUNES

MARTES

MIÉRCOLES

JUEVES

VIERNES

DIA 2

KCAL	Hidr.(g)	Lípid.(g)	Prot.(g)
496,91	32,23	33,28	32,81

Brócoli con taquitos de jamón York (6)
Lacón asado en su jugo
Ensalada de lechuga, zanahoria y maíz (12)
Pan (1, T6, T10, T11)
Pera

CENA: Verdura y pescado

DIA 3

KCAL	Hidr.(g)	Lípid.(g)	Prot.(g)
653,52	72,80	23,02	48,47

Lentejas estofadas con arroz integral (19, T1)
Lomo de cerdo de sajonia con salsa de manzana
Ensalada de lechuga, tomate y cebolla (12)
Pan integral (1, T6, T10, T11)
Mandarina

CENA: Ensalada y pescado

DIA 4

KCAL	Hidr.(g)	Lípid.(g)	Prot.(g)
642,94	72,27	19,68	43,89

Paella Valenciana (pollo y judías verdes) (19)
Salmón con salsa de eneldo (2, 4)
Ensalada de lechuga, tomate y zanahoria (12)
Pan (1, T6, T10, T11)
Manzana

CENA: Verdura y pavo

DIA 5

KCAL	Hidr.(g)	Lípid.(g)	Prot.(g)
741,73	98,03	24,62	29,68

Crema de zanahoria ECO
Escalope de pollo (sin gluten/huevo)
Patatas revolconas
Pan integral (1, T6, T10, T11)
Plátano

CENA: Verdura y pescado

DIA 6

KCAL	Hidr.(g)	Lípid.(g)	Prot.(g)
547,51	58,15	21,33	31,15

Espaguetis con salsa de tomate casera (sin gluten/huevo)

Merluza en salsa con verduritas (puerros y cebolla) (4, 19, T2, T14)
Ensalada de lechuga, zanahoria y maíz (12)
Pan (1, T6, T10, T11)
Yogur natural (7)

CENA: Verdura y ternera

DIA 9

KCAL	Hidr.(g)	Lípid.(g)	Prot.(g)
622,94	50,19	39,06	37,44

Patatas a la riojana (con chorizo) (12)
Lacón asado en su jugo
Ensalada de lechuga, zanahoria y maíz (12)
Pan integral (1, T6, T10, T11)
Manzana

CENA: Verdura y pescado

DIA 10

KCAL	Hidr.(g)	Lípid.(g)	Prot.(g)
692,90	86,21	21,70	36,12

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

DIA 11

KCAL	Hidr.(g)	Lípid.(g)	Prot.(g)
725,25	72,02	26,85	37,32

Arroz milanés (bacon y queso) (6, 7)
Dorado con verduritas
Ensalada de lechuga, tomate y maíz (12)
Pan (1, T6, T10, T11)
Pera

CENA: Verdura y ternera

DIA 12

KCAL	Hidr.(g)	Lípid.(g)	Prot.(g)
575,49	36,76	35,11	29,04

Guisantes rehogados con jamón York (6, 19)
Magro de cerdo en salsa de tomate (zanahoria, pimiento y cebolla)
Ensalada de lechuga, tomate y cebolla (12)
Pan integral (1, T6, T10, T11)
Mandarina

CENA: Ensalada y pescado

DIA 13

KCAL	Hidr.(g)	Lípid.(g)	Prot.(g)
515,30	55,80	17,35	30,66

Crema de verdura (calabacín ECO, brócoli, zanahoria, patatas y puerros)
Ragout de pollo en salsa
Patatas panaderadas (12)
Pan (1, T6, T10, T11)
Yogur natural (7)

CENA: Verdura y pavo

DIA 16

KCAL	Hidr.(g)	Lípid.(g)	Prot.(g)
527,73	51,31	25,52	19,76

Crema de puerros (con patata)
Hamburguesa mixta en salsa (19, T6)
Ensalada de lechuga, zanahoria y maíz (12)
Pan (1, T6, T10, T11)
Naranja

CENA: Verdura y pescado

DIA 17

KCAL	Hidr.(g)	Lípid.(g)	Prot.(g)
562,78	80,02	14,60	27,81

Arroz con salsa casera de tomate
Rape en salsa meniere (perejil y limón) (4)
Ensalada de lechuga, tomate y cebolla (12)
Pan integral (1, T6, T10, T11)
Pera

CENA: Ensalada y ternera

DIA 18

KCAL	Hidr.(g)	Lípid.(g)	Prot.(g)
613,69	62,08	23,63	47,56

Lentejas estofadas con verduras (patata, zanahoria y pimiento) (19, T1)
Lomo de sajonia
Ensalada de lechuga, tomate y maíz (12)
Pan (1, T6, T10, T11)
Mandarina

CENA: Verdura y pescado

DIA 19

KCAL	Hidr.(g)	Lípid.(g)	Prot.(g)
557,83	92,05	18,04	24,69

Fideuá con verduras (calabacín y pimientos) (sin gluten/huevo)
Bacalao al pil pil (ajo y perejil) (4)
Ensalada de tomate (12)
Pan integral (1, T6, T10, T11)
Manzana

CENA: Verdura y pavo

DIA 20

KCAL	Hidr.(g)	Lípid.(g)	Prot.(g)
434,34	38,35	12,99	31,75

Brócoli a la bilbaina (12)
Pollo asado a las finas hierbas (12)
Arroz integral
Pan (1, T6, T10, T11)
Yogur natural (7)

CENA: Ensalada y cerdo

DIA 23

KCAL	Hidr.(g)	Lípid.(g)	Prot.(g)
593,89	50,53	36,22	35,33

Judías verdes con salsa de tomate casera (19)
Lacón asado en su jugo
Patatas fritas
Pan (1, T6, T10, T11)
Pera

CENA: Verdura y pescado

DIA 24

KCAL	Hidr.(g)	Lípid.(g)	Prot.(g)
702,84	91,84	21,70	35,97

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

CENA: Ensalada y pavo

DIA 25

KCAL	Hidr.(g)	Lípid.(g)	Prot.(g)
615,26	74,04	21,89	39,76

Macarrones a la boloñesa (sin gluten/huevo) (12)
Lomo de sajonia
Ensalada de lechuga, tomate y zanahoria (12)
Pan (1, T6, T10, T11)
Manzana

CENA: Verdura y pescado

DIA 26

KCAL	Hidr.(g)	Lípid.(g)	Prot.(g)
753,19	90,49	27,20	36,59

Arroz tres delicias (sin huevo) (2, 6, 12, 19)
Wok de pollo con verduritas y soja (pimiento, calabacín y ajo) (1, 6)
Ensalada de lechuga, tomate y maíz (12)
Pan integral (1, T6, T10, T11)
Plátano

CENA: Verdura y pavo

DIA 27

KCAL	Hidr.(g)	Lípid.(g)	Prot.(g)
585,41	54,04	19,92	42,70

Patatas guisadas con verduras (pimiento y zanahoria)
Salmón al horno (2, 4)
Ensalada de lechuga, tomate y cebolla (12)
Pan (1, T6, T10, T11)
Yogur natural (7)

CENA: Ensalada y pollo

Valoración nutricional: Calcio 58,1 Hierro 1,6 Sodio 265,8 Vit. A 245,7 Vit. B1 0,1 Vit. B2 0,1 Vit. C 42,2 Ác. fólico 55,0 Fibra 7,3 Colest. 30,4 AGS 5,5 AGM 4,7 AGP 5,8

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.



FEBRERO 2026 HIPERCOLESTEROLEMIA

LUNES

MARTES

MIÉRCOLES

JUEVES

VIERNES

DIA 2	KCAL	Hidr.(g)	Lípid.(g)	Prot.(g)
	482,09	50,72	23,35	11,52

Brócoli con taquitos de jamón York (6)
Tortilla de patata (3)
Ensalada de lechuga, zanahoria y maíz (12)
Pan (1, T6, T10, T11)
Pera

CENA: Verdura y pescado

DIA 9	KCAL	Hidr.(g)	Lípid.(g)	Prot.(g)
	593,35	68,63	23,76	19,02

Patatas guisadas con verduras (pimiento y zanahoria)
Tortilla francesa (3)
Ensalada de lechuga, zanahoria y maíz (12)
Pan integral (1, T6, T10, T11)
Manzana

CENA: Verdura y pescado

DIA 16	KCAL	Hidr.(g)	Lípid.(g)	Prot.(g)
	553,05	47,80	32,45	35,80

Crema de puerros (con patata)
Lacón asado en su jugo
Ensalada de lechuga, zanahoria y maíz (12)
Pan (1, T6, T10, T11)
Naranja

CENA: Verdura y pescado

DIA 23	KCAL	Hidr.(g)	Lípid.(g)	Prot.(g)
	593,89	50,53	36,22	35,33

Judías verdes con salsa de tomate casera (19)
Lacón asado en su jugo
Patatas fritas
Pan (1, T6, T10, T11)
Pera

CENA: Verdura y pescado

DIA 3	KCAL	Hidr.(g)	Lípid.(g)	Prot.(g)
	653,52	72,80	23,02	48,47

Lentejas estofadas con arroz integral (19, T1)
Lomo de cerdo de saxonía con salsa de manzana
Ensalada de lechuga, tomate y cebolla (12)
Pan integral (1, T6, T10, T11)
Mandarina

CENA: Ensalada y pescado

DIA 10	KCAL	Hidr.(g)	Lípid.(g)	Prot.(g)
	546,43	82,31	9,29	31,69

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

CENA: Ensalada y pavo

DIA 17	KCAL	Hidr.(g)	Lípid.(g)	Prot.(g)
	562,78	80,02	14,60	27,81

Arroz con salsa casera de tomate
Rape en salsa meniere (perejil y limón) (4)
Ensalada de lechuga, tomate y cebolla (12)
Pan integral (1, T6, T10, T11)
Pera

CENA: Ensalada y ternera

DIA 24	KCAL	Hidr.(g)	Lípid.(g)	Prot.(g)
	623,10	91,36	14,31	33,26

Sopa de fideos con verduras (1, 9, T3)
Garbanzos, pollo, patata y zanahoria (12, 19)
Pan integral (1, T6, T10, T11)
Naranja ecológica

CENA: Ensalada y huevo

DIA 4	KCAL	Hidr.(g)	Lípid.(g)	Prot.(g)
	642,94	72,27	19,68	43,89

Paella Valenciana (pollo y judías verdes) (19)
Salmón con salsa de eneldo (2, 4)
Ensalada de lechuga, tomate y zanahoria (12)
Pan (1, T6, T10, T11)
Manzana

CENA: Verdura y pavo

DIA 11	KCAL	Hidr.(g)	Lípid.(g)	Prot.(g)
	643,78	76,35	20,03	32,30

Arroz de la huerta (tomate, pimiento y zanahoria)
Dorado con verduras
Ensalada de lechuga, tomate y maíz (12)
Pan (1, T6, T10, T11)
Pera

CENA: Verdura y ternera

DIA 18	KCAL	Hidr.(g)	Lípid.(g)	Prot.(g)
	653,57	81,35	25,53	24,39

Lentejas estofadas con verduras (patata, zanahoria y pimiento) (19, T1)
Tortilla de patata (3)
Ensalada de lechuga, tomate y maíz (12)
Pan (1, T6, T10, T11)
Mandarina

CENA: Verdura y huevo

DIA 25	KCAL	Hidr.(g)	Lípid.(g)	Prot.(g)
	653,12	76,03	25,80	26,39

Macarrones a la boloñesa (1, 12, T3)
Revuelto de huevo con jamón York (3, 6)
Ensalada de lechuga, tomate y zanahoria (12)
Pan (1, T6, T10, T11)
Manzana

CENA: Verdura y pescado

DIA 5	KCAL	Hidr.(g)	Lípid.(g)	Prot.(g)
	710,85	81,48	26,76	33,84

Crema de zanahoria ECO
Filetes de pollo en salsa
Patatas revolconas
Pan integral (1, T6, T10, T11)
Plátano

CENA: Verdura y pescado

DIA 12	KCAL	Hidr.(g)	Lípid.(g)	Prot.(g)
	575,49	36,76	35,11	29,04

Guisantes rehogados con jamón York (6, 19)
Magro de cerdo en salsa de tomate (zanahoria, pimiento y cebolla)
Ensalada de lechuga, tomate y cebolla (12)
Pan integral (1, T6, T10, T11)
Mandarina

CENA: Ensalada y pescado

DIA 19	KCAL	Hidr.(g)	Lípid.(g)	Prot.(g)
	562,63	91,92	18,23	24,50

Fideuá con verduras (calabacín y pimientos) (1, T3)
Bacalao al pil pil (ajo y perejil) (4)
Ensalada de tomate (12)
Pan integral (1, T6, T10, T11)
Manzana

CENA: Verdura y pavo

DIA 26	KCAL	Hidr.(g)	Lípid.(g)	Prot.(g)
	661,34	67,45	27,49	36,04

JORNADA GASTRONÓMICA
Arroz tres delicias (tortilla, gambas y jamón York) (2, 3, 6)
Wok de pollo con verduras y soja (pimiento, calabacín y ajo) (1, 6)
Ensalada de lechuga, tomate y maíz (12)
Pan integral (1, T6, T10, T11)
Plátano

CENA: Verdura y huevo

DIA 6	KCAL	Hidr.(g)	Lípid.(g)	Prot.(g)
	569,10	60,74	21,00	31,33

Espaguetis con salsa de tomate casera (1, T3)
Merluza en salsa con verduras (puerro y cebolla) (4, 19, T2, T14)
Ensalada de lechuga, zanahoria y maíz (12)
Pan (1, T6, T10, T11)
Yogur natural (7)

CENA: Verdura y ternera

DIA 13	KCAL	Hidr.(g)	Lípid.(g)	Prot.(g)
	515,30	55,80	17,35	30,66

Crema de verdura (calabacín ECO, brócoli, zanahoria, patatas y puerro)
Ragout de pollo en salsa
Patatas panaderas (12)
Pan (1, T6, T10, T11)
Yogur natural (7)

CENA: Verdura y huevo

DIA 20	KCAL	Hidr.(g)	Lípid.(g)	Prot.(g)
	434,34	38,35	12,99	31,75

Brócoli a la bilbaina (12)
Pollo asado a las finas hierbas (12)
Arroz integral
Pan (1, T6, T10, T11)
Yogur natural (7)

CENA: Ensalada y huevo

DIA 27	KCAL	Hidr.(g)	Lípid.(g)	Prot.(g)
	585,41	54,04	19,92	42,70

Patatas guisadas con verduras (pimiento y zanahoria)
Salmón al horno (2, 4)
Ensalada de lechuga, tomate y cebolla (12)
Pan (1, T6, T10, T11)
Yogur natural (7)

CENA: Verdura y pollo

Valoración nutricional: Calcio 54,6 Hierro 1,6 Sodio 241,0 Vit. A 295,1 Vit. B1 0,2 Vit. B2 0,1 Vit. C 42,9 Ác. fólico 56,9 Fibra 7,7 Colest. 27,6 AGS 4,4 AGM 4,0 AGP 5,5

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.



FEBRERO 2026 SIN CERDO

LUNES					MARTES					MIÉRCOLES					JUEVES					VIERNES				
DIA 2					DIA 3					DIA 4					DIA 5					DIA 6				
KCAL	Hidr.(g)	Lípid.(g)	Prot.(g)		KCAL	Hidr.(g)	Lípid.(g)	Prot.(g)		KCAL	Hidr.(g)	Lípid.(g)	Prot.(g)		KCAL	Hidr.(g)	Lípid.(g)	Prot.(g)		KCAL	Hidr.(g)	Lípid.(g)	Prot.(g)	
467,42	49,62	22,87	9,93		675,22	65,53	27,13	42,63		642,94	72,27	19,68	43,89		853,03	112,40	27,33	37,04		569,10	60,74	21,00	31,33	
Brócoli a la bilbaina (12)					Lentejas estofadas con arroz integral (19, T1)					Paella Valenciana (pollo y judías verdes) (19)					Crema de zanahoria ECO					Espaguetis con salsa de tomate casera (1, T3)				
Tortilla de patata (3)					Filetes de pollo en salsa					Salmón con salsa de eneldo (2, 4)					Escalope de pollo (casero) (1, 3, 12, T11)					Merluza en salsa con verduras (puerro y cebolla) (4, 19, T2, T14)				
Ensalada de lechuga, zanahoria y maíz (12)					Ensalada de lechuga, tomate y cebolla (12)					Ensalada de lechuga, tomate y zanahoria (12)					Patatas revolconas					Ensalada de lechuga, zanahoria y maíz (12)				
Pan (1, T6, T10, T11)					Pan integral (1, T6, T10, T11)					Pan (1, T6, T10, T11)					Pan integral (1, T6, T10, T11)					Pan (1, T6, T10, T11)				
Pera					Mandarina					Manzana					Plátano					Yogur natural (7)				
CENA: Verdura y pescado					CENA: Ensalada y huevo					CENA: Verdura y pavo					CENA: Verdura y pescado					CENA: Verdura y ternera				
DIA 9					DIA 10					DIA 11					DIA 12					DIA 13				
KCAL	Hidr.(g)	Lípid.(g)	Prot.(g)		KCAL	Hidr.(g)	Lípid.(g)	Prot.(g)		KCAL	Hidr.(g)	Lípid.(g)	Prot.(g)		KCAL	Hidr.(g)	Lípid.(g)	Prot.(g)		KCAL	Hidr.(g)	Lípid.(g)	Prot.(g)	
545,45	68,58	21,67	15,74		546,43	82,31	9,29	31,69		643,78	76,35	20,03	32,30		568,87	44,97	26,37	36,12		515,30	55,80	17,35	30,66	
Patatas guisadas con verduras (pimiento y zanahoria) (s/c)					Sopa de fideos con verduras (1, 9, T3)					Arroz de la huerta (tomate, pimiento y zanahoria)					Guisantes rehogados con patata (19)					Crema de verdura (calabacín ECO, brócoli, zanahoria, patatas y puerro)				
Tortilla francesa (3)					Garbanzos, pollo, ternera, patata y zanahoria (s/c) (19)					Dorado con verduras					Filetes de pollo en salsa					Ragout de pollo en salsa				
Ensalada de lechuga, zanahoria y maíz (12)					Pan (1, T6, T10, T11)					Ensalada de lechuga, tomate y maíz (12)					Ensalada de lechuga, tomate y cebolla (12)					Patatas panaderas (12)				
Pan integral (1, T6, T10, T11)					Naranja					Pan (1, T6, T10, T11)					Pan integral (1, T6, T10, T11)					Pan (1, T6, T10, T11)				
Manzana					CENA: Ensalada y pavo					Pera					Mandarina					Yogur natural (7)				
CENA: Verdura y pescado					CENA: Ensalada y pavo					CENA: Verdura y ternera					CENA: Ensalada y pescado					CENA: Verdura y huevo				
DIA 16					DIA 17					DIA 18					DIA 19					DIA 20				
KCAL	Hidr.(g)	Lípid.(g)	Prot.(g)		KCAL	Hidr.(g)	Lípid.(g)	Prot.(g)		KCAL	Hidr.(g)	Lípid.(g)	Prot.(g)		KCAL	Hidr.(g)	Lípid.(g)	Prot.(g)		KCAL	Hidr.(g)	Lípid.(g)	Prot.(g)	
503,08	50,50	25,06	17,55		562,78	80,02	14,60	27,81		653,57	81,35	25,53	24,39		562,63	91,92	18,23	24,50		434,34	38,35	12,99	31,75	
Crema de puerros (con patata)					Arroz con salsa casera de tomate					Lentejas estofadas con verduras (patata, zanahoria y pimiento) (19, T1)					Fideuá con verduras (calabacín y pimientos) (1, T3)					Brócoli a la bilbaina (12)				
Hamburguesa de pollo (6, T1, T2, T3, T4, T7, T8, T9, T10, T12, T14)					Rape en salsa meniere (perejil y limón) (4)					Tortilla de patata (3)					Bacalao al pil pil (ajo y perejil) (4)					Pollo asado a las finas hierbas (12)				
Ensalada de lechuga, zanahoria y maíz (12)					Ensalada de lechuga, tomate y cebolla (12)					Ensalada de lechuga, tomate y maíz (12)					Ensalada de tomate (12)					Arroz integral				
Pan (1, T6, T10, T11)					Pera					Pan (1, T6, T10, T11)					Pan integral (1, T6, T10, T11)					Pan (1, T6, T10, T11)				
Naranja					CENA: Ensalada y ternera					Mandarina					Manzana					Yogur natural (7)				
CENA: Verdura y pescado					CENA: Ensalada y ternera					CENA: Verdura y huevo					CENA: Verdura y pavo					CENA: Ensalada y huevo				
DIA 23					DIA 24					DIA 25					DIA 26					DIA 27				
KCAL	Hidr.(g)	Lípid.(g)	Prot.(g)		KCAL	Hidr.(g)	Lípid.(g)	Prot.(g)		KCAL	Hidr.(g)	Lípid.(g)	Prot.(g)		KCAL	Hidr.(g)	Lípid.(g)	Prot.(g)		KCAL	Hidr.(g)	Lípid.(g)	Prot.(g)	
605,68	49,90	29,73	32,15		556,38	87,94	9,29	31,54		560,73	73,36	21,53	17,53		743,17	89,69	26,87	35,62		537,51	53,99	17,83	39,42	
Judías verdes con salsa de tomate casera (19)					Sopa de fideos con verduras (1, 9, T3)					Macarrones con salsa de tomate casera (1, T3)					Arroz tres delicias (sin cerdo) (2, 3, 12, 19)					Patatas guisadas con verduras (pimiento y zanahoria) (s/c)				
Filetes de pollo en salsa					Garbanzos, pollo, ternera, patata y zanahoria (s/c) (19)					Revuelto de huevo con calabacín (3)					Wok de pollo con verduras y soja (pimiento, calabacín y ajo) (1, 6)					Salmón al horno (2, 4)				
Patatas fritas					Pan integral (1, T6, T10, T11)					Ensalada de lechuga, tomate y zanahoria (12)					Ensalada de lechuga, tomate y maíz (12)					Ensalada de lechuga, tomate y cebolla (12)				
Pan (1, T6, T10, T11)					Naranja ecológica					Pan (1, T6, T10, T11)					Pan integral (1, T6, T10, T11)					Pan (1, T6, T10, T11)				
Pera					CENA: Ensalada y huevo					Manzana					Plátano					Yogur natural (7)				
CENA: Ensalada y ternera					CENA: Ensalada y huevo					CENA: Verdura y pescado					CENA: Verdura y huevo					CENA: Verdura y pollo				

Valoracion nutricional:	Calcio 56,5	Hierro 1,7	Sodio 253,9	Vit. A 299,4	Vit. B1 0,1	Vit. B2 0,1	Vit. C 42,5	Ác. fólico 57,4	Fibra 8,0	Colest. 41,7	AGS 3,8	AGM 3,5	AGP 5,3
-------------------------	-------------	------------	-------------	--------------	-------------	-------------	-------------	-----------------	-----------	--------------	---------	---------	---------

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.



FEBRERO 2026 SIN GLUTEN

LUNES

MARTES

MIÉRCOLES

JUEVES

VIERNES

DIA 2

KCAL	Hidr.(g)	Lípid.(g)	Prot.(g)
495,99	55,52	23,44	9,83

Brócoli con taquitos de jamón York (6)
Tortilla de patata (3)
Ensalada de lechuga, zanahoria y maíz (12)
Pan (sin gluten)
Pera

CENA: Verdura y pescado

DIA 3

KCAL	Hidr.(g)	Lípid.(g)	Prot.(g)
648,14	74,57	23,01	45,28

Alubias blancas estofadas con arroz (19)
Lomo de cerdo de sajonia con salsa de manzana
Ensalada de lechuga, tomate y cebolla (12)
Pan (sin gluten)
Mandarina

CENA: Ensalada y pescado

DIA 4

KCAL	Hidr.(g)	Lípid.(g)	Prot.(g)
656,83	77,07	19,77	42,21

Paella Valenciana (pollo y judías verdes) (19)
Salmón con salsa de eneldo (2, 4)
Ensalada de lechuga, tomate y zanahoria (12)
Pan (sin gluten)
Manzana

CENA: Verdura y pavo

DIA 5

KCAL	Hidr.(g)	Lípid.(g)	Prot.(g)
755,63	102,83	24,71	27,99

Crema de zanahoria ECO
Escalope de pollo (sin gluten/huevo)
Patatas revolconas
Pan (sin gluten)
Plátano

CENA: Verdura y pescado

DIA 6

KCAL	Hidr.(g)	Lípid.(g)	Prot.(g)
561,41	62,95	21,42	29,46

Espaguetis con salsa de tomate casera (sin gluten/huevo)

Merluza en salsa con verduritas (puerro y cebolla) (4, 19, T2, T14)
Ensalada de lechuga, zanahoria y maíz (12)
Pan (sin gluten)
Yogur natural (7)
CENA: Verdura y ternera

DIA 9

KCAL	Hidr.(g)	Lípid.(g)	Prot.(g)
553,51	57,70	28,22	15,21

Patatas a la riojana (con chorizo) (12)
Tortilla francesa (3)
Ensalada de lechuga, zanahoria y maíz (12)
Pan (sin gluten)
Manzana

CENA: Verdura y pescado

DIA 10

KCAL	Hidr.(g)	Lípid.(g)	Prot.(g)
706,79	91,01	21,79	34,44

Sopa de fideos (sin gluten/huevo) (12)
Garbanzos, pollo, ternera, patata y zanahoria (12, 19)
Pan (sin gluten)
Naranja

CENA: Ensalada y pavo

DIA 11

KCAL	Hidr.(g)	Lípid.(g)	Prot.(g)
739,15	76,82	26,94	35,64

Arroz milanese (bacon y queso) (6, 7)
Dorado con verduritas
Ensalada de lechuga, tomate y maíz (12)
Pan (sin gluten)
Pera

CENA: Verdura y ternera

DIA 12

KCAL	Hidr.(g)	Lípid.(g)	Prot.(g)
589,39	41,56	35,20	27,35

Guisantes rehogados con jamón York (6, 19)
Magro de cerdo en salsa de tomate (zanahoria, pimiento y cebolla)
Ensalada de lechuga, tomate y cebolla (12)
Pan (sin gluten)
Mandarina

CENA: Ensalada y pescado

DIA 13

KCAL	Hidr.(g)	Lípid.(g)	Prot.(g)
529,19	60,60	17,44	28,98

Crema de verdura (calabacín ECO, brócoli, zanahoria, patatas y puerro)
Ragout de pollo en salsa
Patatas panaderas (12)
Pan (sin gluten)
Yogur natural (7)
CENA: Verdura y huevo

DIA 16

KCAL	Hidr.(g)	Lípid.(g)	Prot.(g)
541,63	56,11	25,61	18,07

Crema de puerros (con patata)
Hamburguesa mixta en salsa (19, T6)
Ensalada de lechuga, zanahoria y maíz (12)
Pan (sin gluten)
Naranja

CENA: Verdura y pescado

DIA 17

KCAL	Hidr.(g)	Lípid.(g)	Prot.(g)
576,68	84,82	14,69	26,12

Arroz con salsa casera de tomate
Rape en salsa meniere (perejil y limón) (4)
Ensalada de lechuga, tomate y cebolla (12)
Pan (sin gluten)
Pera

CENA: Ensalada y ternera

DIA 18

KCAL	Hidr.(g)	Lípid.(g)	Prot.(g)
634,15	84,57	24,20	20,57

Puchero de garbanzos (patata y zanahoria) (19)
Tortilla de patata (3)
Ensalada de lechuga, tomate y maíz (12)
Pan (sin gluten)
Mandarina

CENA: Verdura y huevo

DIA 19

KCAL	Hidr.(g)	Lípid.(g)	Prot.(g)
571,73	96,85	18,13	23,01

Fideuá con verduras (calabacín y pimientos) (sin gluten/huevo)
Bacalao al pil pil (ajo y perejil) (4)
Ensalada de tomate (12)
Pan (sin gluten)
Manzana

CENA: Verdura y pavo

DIA 20

KCAL	Hidr.(g)	Lípid.(g)	Prot.(g)
448,24	43,15	13,08	30,07

Brócoli a la bilbaina (12)
Pollo asado a las finas hierbas (12)
Arroz integral
Pan (sin gluten)
Yogur natural (7)
CENA: Ensalada y huevo

DIA 23

KCAL	Hidr.(g)	Lípid.(g)	Prot.(g)
607,79	55,33	36,31	33,64

Judías verdes con salsa de tomate casera (19)
Lacón asado en su jugo
Patatas fritas
Pan (sin gluten)
Pera

CENA: Verdura y pescado

DIA 24

KCAL	Hidr.(g)	Lípid.(g)	Prot.(g)
716,74	96,64	21,79	34,29

Sopa de fideos (sin gluten/huevo) (12)
Garbanzos, pollo, ternera, patata y zanahoria (12, 19)
Pan (sin gluten)
Naranja ecológica

CENA: Ensalada y huevo

DIA 25

KCAL	Hidr.(g)	Lípid.(g)	Prot.(g)
639,61	81,20	25,09	20,73

Macarrones a la boloñesa (sin gluten/huevo) (12)
Revuelto de huevo con jamón York (3, 6)
Ensalada de lechuga, tomate y zanahoria (12)
Pan (sin gluten)
Manzana

CENA: Verdura y pescado

DIA 26

KCAL	Hidr.(g)	Lípid.(g)	Prot.(g)
673,70	72,18	27,58	34,16

JORNADA GASTRONÓMICA
Arroz tres delicias (tortilla, gambas y jamón York) (2, 3, 6)
Wok de pollo con verduritas (pimiento, calabacín y ajo) (sin soja)
Ensalada de lechuga, tomate y maíz (12)
Pan (sin gluten)
Plátano

CENA: Verdura y huevo

DIA 27

KCAL	Hidr.(g)	Lípid.(g)	Prot.(g)
599,31	58,84	20,01	41,02

Patatas guisadas con verduras (pimiento y zanahoria)
Salmón al horno (2, 4)
Ensalada de lechuga, tomate y cebolla (12)
Pan (sin gluten)
Yogur natural (7)
CENA: Verdura y pollo

Valoración nutricional: Calcio 47,3 Hierro 1,4 Sodio 226,6 Vit. A 228,7 Vit. B1 0,1 Vit. B2 0,1 Vit. C 41,7 Ác. fólico 53,8 Fibra 7,6 Colest. 29,7 AGS 4,9 AGM 4,5 AGP 5,6

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.

