

ABRIL 2026 BASAL 1-3 AÑOS

LUNES					MARTES					MIÉRCOLES					JUEVES					VIERNES				
DÍA 6					DÍA 7					DÍA 8					DÍA 9					DÍA 10				
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)	
370,72	49,44	15,61	13,56		427,95	60,62	16,21	13,37		398,80	63,40	8,21	14,30		372,04	47,61	13,40	15,23		489,80	62,50	16,75	26,03	
Arroz de la huerta (tomate, pimiento y zanahoria)					Espaguetis con salsa de tomate casera (1, T3, T6, T10)					Brócoli a la bilbaina (12)					Crema de verdura (calabacín ECO, brócoli, zanahoria, patatas y puerro)					Lentejas estofadas con verduras (patata, zanahoria y pimiento) (19, T1)				
Lacón asado en su jugo					Tortilla francesa (3)					Puchero de garbanzos con bacalao (4, 19)					Filetes de pollo en salsa					Salmón con salsa de eneldo (4, T2, T14)				
Ensalada de lechuga, zanahoria y maíz (12)					Ensalada de lechuga, tomate y cebolla (12)					Arroz integral					Puré de patata					Ensalada de lechuga, tomate y zanahoria (12)				
Pan (1, T6, T10, T11)					Pan integral (1, T6, T10, T11)					Pan (1, T6, T10, T11)					Pan (1, T6, T10, T11)					Pan integral (1, T6, T10, T11)				
Manzana / manzana asada					Naranja					Mandarina					Pera					Yogur natural (7)				
CENA: Ensalada y pescado					CENA: Ensalada y ternera					CENA: Verdura y pollo					CENA: Ensalada y pavo					CENA: Verdura y huevo				
DÍA 13					DÍA 14					DÍA 15					DÍA 16					DÍA 17				
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)	
335,76	48,34	12,01	12,62		387,36	54,29	8,15	23,70		468,90	60,75	20,25	14,73		469,20	62,79	18,20	17,71		462,88	61,74	13,90	22,21	
Crema de zanahoria					Cocido: sopa de fideos integrales (1, T3, T6, T10)					Espaguetis con calabacín (1, T3, T6, T10)					Judías verdes a la bilbaina (12, 19)					Arroz con salsa casera de tomate				
Albóndigas de pollo y pavo en salsa (6, 19, T1, T3)					Garbanzos, pollo, patata y zanahoria (19)					Revuelto de huevo con jamón York (3, 6)					Escalope de pollo (casero) (1, 3, 12, T1, T6, T10, T11)					Merluza a la vizcaina (pimiento y puerro) (4, T2, T14)				
Patatas panaderas (12)					Pan (1, T6, T10, T11)					Ensalada de lechuga, tomate y maíz (12)					Ensalada de lechuga, tomate y cebolla (12)					Ensalada de lechuga, zanahoria y maíz (12)				
Pan integral (1, T6, T10, T11)					Naranja					Pan (1, T6, T10, T11)					Pan (1, T6, T10, T11)					Pan integral (1, T6, T10, T11)				
Pera					CENA: Ensalada y pavo					Manzana ECO / manzana ECO asada					Plátano					Yogur natural (7)				
CENA: Verdura y ternera										CENA: Verdura y ternera					CENA: Verdura y pescado					CENA: Ensalada y pollo				
DÍA 20					DÍA 21					DÍA 22					DÍA 23					DÍA 24				
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)	
364,89	48,11	13,23	14,07		410,80	52,95	13,78	15,99		399,66	47,58	16,32	19,93		364,18	59,38	6,84	11,44		439,99	67,49	12,69	18,79	
Sopa de estrellas (1, 9, T3, T6, T10)					Fideuá con verduras (calabacín y pimientos) (1, T3, T6, T10)					JORNADA GASTRONÓMICA					Crema de calabaza ECO (con patata)					Paella Valenciana (pollo y judías verdes) (19)				
Tortilla francesa (3)					Dorado al horno (2, 4)					Frijoles con arroz integral (19)					Quinoa con verduritas y salteado de pollo					Bacalao al pil pil (ajo y perejil) (4)				
Patatas panaderas (12)					Ensalada de lechuga, zanahoria y maíz (12)					Fajitas de pollo con verduritas (pimiento, cebolla y ajo) (1)					Pan (1, T6, T10, T11)					Ensalada de lechuga, tomate y cebolla (12)				
Pan (1, T6, T10, T11)					Pan integral (1, T6, T10, T11)					Ensalada de lechuga, tomate y maíz (12)					Pera					Pan integral (1, T6, T10, T11)				
Mandarina					Manzana / manzana asada					Pan (1, T6, T10, T11)					CENA: Verdura y pavo					Yogur natural (7)				
CENA: Verdura y pescado					CENA: Verdura y ternera					Naranja										CENA: Ensalada y huevo				
DÍA 27					DÍA 28					DÍA 29					DÍA 30									
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)						
478,77	67,95	16,58	18,96		419,02	53,11	12,75	20,19		381,47	55,81	7,85	22,59		378,78	58,84	9,79	16,54						
Lentejas estofadas con arroz integral (19, T1)					Macarrones a la boloñesa (1, 12, T3)					Cocido: sopa de fideos (1, T3, T6, T10)					Arroz caldoso con verduras (19)									
Tortilla de patata (3)					Salmón con salsa de naranja (4, T2, T14)					Garbanzos, pollo, patata y zanahoria (19)					Contramuslo al horno a las finas hierbas (12)									
Ensalada de lechuga, tomate y zanahoria (12)					Ensalada de lechuga, zanahoria y maíz (12)					Pan (1, T6, T10, T11)					Ensalada de lechuga, tomate y maíz (12)									
Pan (1, T6, T10, T11)					Pan integral (1, T6, T10, T11)					Pera					Pan integral (1, T6, T10, T11)									
Mandarina					Manzana / manzana asada					CENA: Ensalada y pescado					Naranja					CENA: Verdura y pavo				
CENA: Verdura y pavo					CENA: Verdura y ternera																			
Valoracion nutricional:					Calcio 60,7					Hierro 4,1					Sodio 170,4					Vit. A 256,2				
					Vit. B1 0,1					Vit. B2 0,2					Vit. C 28,1					Ác. fólico 41,9				
					Fibra 5,7					Coolest. 8,4					AGS 2,1					AGM 0,8				
					AGP 0,3																			

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.

