

ABRIL 2026 BASAL

LUNES

MARTES

MIÉRCOLES

JUEVES

VIERNES

DIA 6

KCAL	Hidr.(g)	Lípid.(g)	Prot.(g)
532,99	76,75	19,07	20,03
Crema de zanahoria			
Albóndigas de pollo y pavo en salsa (6, 19, T1, T3)			
Patatas panaderas (12)			
Pan integral (1, T6, T10, T11)			
Pera			
CENA: Verdura y ternera			

DIA 13

KCAL	Hidr.(g)	Lípid.(g)	Prot.(g)
532,99	76,75	19,07	20,03
Crema de zanahoria			
Albóndigas de pollo y pavo en salsa (6, 19, T1, T3)			
Patatas panaderas (12)			
Pan integral (1, T6, T10, T11)			
Pera			
CENA: Verdura y ternera			

DIA 20

KCAL	Hidr.(g)	Lípid.(g)	Prot.(g)
579,23	76,38	21,01	22,33
Sopa de estrellas (1, 9, T3, T6, T10)			
Tortilla francesa (3)			
Patatas panaderas (12)			
Pan (1, T6, T10, T11)			
Mandarina			
CENA: Verdura y pescado			

DIA 27

KCAL	Hidr.(g)	Lípid.(g)	Prot.(g)
759,96	111,76	26,32	30,10
Lentejas estofadas con arroz integral (19, T1)			
Tortilla de patata (3)			
Ensalada de lechuga, tomate y zanahoria (12)			
Pan (1, T6, T10, T11)			
Mandarina			
CENA: Verdura y pavo			

DIA 7

KCAL	Hidr.(g)	Lípid.(g)	Prot.(g)
678,84	100,13	25,75	21,22
Espaguetis con salsa de tomate casera (1, T3, T6, T10)			
Tortilla francesa (3)			
Ensalada de lechuga, tomate y cebolla (12)			
Pan integral (1, T6, T10, T11)			
Naranja			
CENA: Ensalada y ternera			

DIA 14

KCAL	Hidr.(g)	Lípid.(g)	Prot.(g)
662,03	86,80	19,66	33,33
Cocido: sopa de fideos integrales (1, T3, T6, T10)			
Garbanzos, pollo, ternera, patata y zanahoria (12, 19)			
Pan (1, T6, T10, T11)			
Naranja			
CENA: Ensalada y pavo			

DIA 21

KCAL	Hidr.(g)	Lípid.(g)	Prot.(g)
652,06	87,96	21,87	25,38
Fideuá con verduras (calabacín y pimientos) (1, T3, T6, T10)			
Dorado al horno (2, 4)			
Ensalada de lechuga, zanahoria y maíz (12)			
Pan integral (1, T6, T10, T11)			
Manzana			
CENA: Verdura y ternera			

DIA 28

KCAL	Hidr.(g)	Lípid.(g)	Prot.(g)
909,89	112,75	39,84	28,32
Macarrones a la boloñesa (1, 12, T3)			
Boquerones a la andaluza (1, 2, 3, 4, 12, T2, T3, T4, T6, T7, T10, T14)			
Ensalada de lechuga, zanahoria y maíz (12)			
Pan integral (1, T6, T10, T11)			
Manzana			
CENA: Verdura y ternera			

DIA 8

KCAL	Hidr.(g)	Lípid.(g)	Prot.(g)
632,46	100,65	13,05	22,69
Brócoli a la bilbaína (12)			
Puchero de garbanzos con bacalao (4, 19)			
Arroz integral			
Pan (1, T6, T10, T11)			
Mandarina			
CENA: Verdura y pollo			

DIA 15

KCAL	Hidr.(g)	Lípid.(g)	Prot.(g)
744,30	100,33	32,15	23,38
Espaguetis con calabacín (1, T3, T6, T10)			
Revuelto de huevo con jamón York (3, 6)			
Ensalada de lechuga, tomate y maíz (12)			
Pan (1, T6, T10, T11)			
Manzana ecológica			
CENA: Verdura y ternera			

DIA 22

KCAL	Hidr.(g)	Lípid.(g)	Prot.(g)
634,23	79,42	25,91	31,64
JORNADA GASTRONÓMICA			
Frijoles con arroz integral (19)			
Fajitas de pollo con verduritas (pimiento, cebolla y ajo) (1)			
Ensalada de lechuga, tomate y maíz (12)			
Pan (1, T6, T10, T11)			
Naranja			
CENA: Ensalada y pescado			

DIA 29

KCAL	Hidr.(g)	Lípid.(g)	Prot.(g)
652,68	89,22	19,19	31,57
Cocido: sopa de fideos (1, T3, T6, T10)			
Garbanzos, pollo, ternera, patata y zanahoria (12, 19)			
Pan (1, T6, T10, T11)			
Pera			
CENA: Ensalada y pescado			

DIA 9

KCAL	Hidr.(g)	Lípid.(g)	Prot.(g)
590,53	75,57	21,28	24,18
Crema de verdura (calabacín ECO, brócoli, zanahoria, patatas y puerro)			
Filetes de pollo en salsa			
Puré de patata			
Pan (1, T6, T10, T11)			
Pera			
CENA: Ensalada y pavo			

DIA 16

KCAL	Hidr.(g)	Lípid.(g)	Prot.(g)
744,80	103,58	28,88	28,10
Judías verdes a la bilbaína (12, 19)			
Escalope de pollo (casero) (1, 3, 12, T1, T6, T10, T11)			
Ensalada de lechuga, tomate y cebolla (12)			
Pan (1, T6, T10, T11)			
Plátano			
CENA: Verdura y pescado			

DIA 23

KCAL	Hidr.(g)	Lípid.(g)	Prot.(g)
578,06	94,25	10,86	18,16
Crema de calabaza ECO (con patata)			
Quinoa con verduritas y salteado de pollo			
Pan (1, T6, T10, T11)			
Pera			
CENA: Verdura y pavo			

DIA 30

KCAL	Hidr.(g)	Lípid.(g)	Prot.(g)
601,11	97,31	15,55	26,26
Arroz caldoso con verduras (19)			
Contramuslo al horno a las finas hierbas (12)			
Ensalada de lechuga, tomate y maíz (12)			
Pan integral (1, T6, T10, T11)			
Naranja			
CENA: Verdura y pavo			

DIA 10

KCAL	Hidr.(g)	Lípid.(g)	Prot.(g)
714,34	93,05	25,11	38,90
Lentejas estofadas con verduras (patata, zanahoria y pimiento) (19, T1)			
Salmón con salsa de eneldo (4, T2, T14)			
Ensalada de lechuga, tomate y zanahoria (12)			
Pan integral (1, T6, T10, T11)			
Yogur natural (7)			
CENA: Verdura y huevo			

DIA 17

KCAL	Hidr.(g)	Lípid.(g)	Prot.(g)
671,00	91,84	20,61	32,83
Arroz con salsa casera de tomate			
Merluza a la vizcaina (pimiento y puerro) (4, T2, T14)			
Ensalada de lechuga, zanahoria y maíz (12)			
Pan integral (1, T6, T10, T11)			
Yogur natural (7)			
CENA: Ensalada y pollo			

DIA 24

KCAL	Hidr.(g)	Lípid.(g)	Prot.(g)
635,26	100,97	18,67	27,40
Paella Valenciana (pollo y judías verdes) (19)			
Bacalao al pil pil (ajo y perejil) (4)			
Ensalada de lechuga, tomate y cebolla (12)			
Pan integral (1, T6, T10, T11)			
Yogur natural (7)			
CENA: Ensalada y huevo			

Valoracion nutricional: Calcio 85,4 Hierro 6,6 Sodio 271,5 Vit. A 459,1 Vit. B1 0,2 Vit. B2 0,3 Vit. C 45,7 Ác. fólico 67,2 Fibra 9,2 Colest. 15,0 AGS 3,7 AGM 1,5 AGP 0,5

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.



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[®]

ABRIL 2026 ALERGIA A LEGUMBRES

LUNES					MARTES					MIÉRCOLES					JUEVES					VIERNES				
DIA 6	KCAL	Hidr.(g)	Lípid.(g)	Prot.(g)	DIA 7	KCAL	Hidr.(g)	Lípid.(g)	Prot.(g)	DIA 8	KCAL	Hidr.(g)	Lípid.(g)	Prot.(g)	DIA 9	KCAL	Hidr.(g)	Lípid.(g)	Prot.(g)	DIA 10	KCAL	Hidr.(g)	Lípid.(g)	Prot.(g)
493,88	63,57	24,15	18,20		606,33	83,47	26,54	19,47		349,38	35,58	14,63	13,78		496,26	56,77	20,64	20,85		637,97	75,01	21,66	35,25	
Arroz de la huerta (tomate, pimiento y zanahoria) Lacón asado en su jugo Ensalada de lechuga, zanahoria y maíz (12) Manzana					Espaguetis con salsa de tomate casera (sin gluten/huevo) Tortilla francesa (3) Ensalada de lechuga, tomate y cebolla (12) Naranja					Brócoli a la bilbaína (12) Merluza con salsa Mery (ajo y perejil) (4, T2, T14) Arroz integral Mandarina					Crema de verdura (calabacín ECO, brócoli, zanahoria, patatas y puerro) Filetes de pollo en salsa Puré de patata Pera					Patatas guisadas con verduras (pimiento y zanahoria) Salmón con salsa de eneldo (4, T2, T14) Puré de patata Yogur natural (7)				
CENA: Ensalada y pescado					CENA: Ensalada y ternera					CENA: Verdura y pollo					CENA: Ensalada y pavo					CENA: Verdura y huevo				
DIA 13	KCAL	Hidr.(g)	Lípid.(g)	Prot.(g)	DIA 14	KCAL	Hidr.(g)	Lípid.(g)	Prot.(g)	DIA 15	KCAL	Hidr.(g)	Lípid.(g)	Prot.(g)	DIA 16	KCAL	Hidr.(g)	Lípid.(g)	Prot.(g)	DIA 17	KCAL	Hidr.(g)	Lípid.(g)	Prot.(g)
496,95	62,18	16,72	20,81		558,43	47,69	26,46	31,75		648,41	80,48	34,23	18,87		616,12	87,85	25,32	22,00		600,29	77,74	20,13	30,34	
Crema de zanahoria Albóndigas de pollo en salsa (caseras) Patatas panaderas (12) Pera					Sopa de fideos (sin gluten/huevo) (12) carne de pollo, ternera, patata y zanahoria (12) Naranja					Espaguetis con calabacín (sin gluten/sin huevo) Revuelto de huevo con calabacín (3) Ensalada de lechuga, tomate y maíz (12) Manzana ecológica					Crema de calabacín (con patata) Escalope de pollo (sin gluten/huevo) Ensalada de lechuga, tomate y cebolla (12) Plátano					Arroz con salsa casera de tomate Merluza a la vizcaina (pimiento y puerro) (4, T2, T14) Ensalada de lechuga, zanahoria y maíz (12) Yogur natural (7)				
CENA: Verdura y ternera					CENA: Ensalada y pavo					CENA: Verdura y ternera					CENA: Verdura y pescado					CENA: Ensalada y pollo				
DIA 20	KCAL	Hidr.(g)	Lípid.(g)	Prot.(g)	DIA 21	KCAL	Hidr.(g)	Lípid.(g)	Prot.(g)	DIA 22	KCAL	Hidr.(g)	Lípid.(g)	Prot.(g)	DIA 23	KCAL	Hidr.(g)	Lípid.(g)	Prot.(g)	DIA 24	KCAL	Hidr.(g)	Lípid.(g)	Prot.(g)
546,66	59,30	27,08	16,82		333,21	24,36	20,19	14,41		567,83	67,72	26,03	28,50		483,79	75,45	10,22	14,84		479,98	76,18	17,19	16,97	
Sopa de fideos (sin gluten/huevo) (12) Tortilla francesa (3) Patatas panaderas (12) Mandarina					Fideuá con verduras (calabacín y pimientos) (sin gluten/huevo) Dorado al horno (2, 4) Ensalada de lechuga, zanahoria y maíz (12) Manzana					Patatas guisadas con verduras (pimiento y zanahoria) Fajitas de pollo con verduritas (pimiento, cebolla y ajo) (1) Ensalada de lechuga, tomate y maíz (12) Naranja					Crema de calabaza ECO (con patata) Quinoa con verduritas y salteado de pollo Pera					Arroz de la huerta (tomate, pimiento y zanahoria) Bacalao al pil pil (ajo y perejil) (4) Ensalada de lechuga, tomate y cebolla (12) Yogur natural (7)				
CENA: Verdura y pescado					CENA: Verdura y ternera					CENA: Ensalada y pescado					CENA: Verdura y pavo					CENA: Ensalada y huevo				
DIA 27	KCAL	Hidr.(g)	Lípid.(g)	Prot.(g)	DIA 28	KCAL	Hidr.(g)	Lípid.(g)	Prot.(g)	DIA 29	KCAL	Hidr.(g)	Lípid.(g)	Prot.(g)	DIA 30	KCAL	Hidr.(g)	Lípid.(g)	Prot.(g)					
498,65	71,44	24,48	11,10		576,52	78,18	18,83	24,72		544,27	47,02	26,31	30,25		521,01	81,85	15,06	23,22						
Crema de zanahoria Tortilla de patata (3) Ensalada de lechuga, tomate y zanahoria (12) Mandarina					Macarrones a la boloñesa (sin gluten/huevo) (12) Salmón al horno (4, T2, T14) Ensalada de lechuga, zanahoria y maíz (12) Manzana					Sopa de fideos (sin gluten/huevo) (12) carne de pollo, ternera, patata y zanahoria (12) Pera					Arroz caldoso con verduras (sin legumbre) Contramuslo al horno a las finas hierbas (12) Ensalada de lechuga, tomate y maíz (12) Naranja									
CENA: Verdura y pavo					CENA: Verdura y ternera					CENA: Ensalada y pescado					CENA: Verdura y pavo									

Valoracion nutricional: Calcio 56,3 Hierro 4,8 Sodio 59,5 Vit. A 491,3 Vit. B1 0,1 Vit. B2 0,1 Vit. C 39,5 Ác. fólico 23,5 Fibra 6,2 Colest. 17,6 AGS 4,3 AGM 2,2 AGP 0,4

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.



ABRIL 2026 ALERGIA A PESCADO Y MARISCO

LUNES					MARTES					MIÉRCOLES					JUEVES					VIERNES				
DIA 6					DIA 7					DIA 8					DIA 9					DIA 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)	
588,16	82,37	24,79	21,53		678,84	100,13	25,75	21,22		671,36	99,78	18,11	21,40		590,53	75,57	21,28	24,18		739,76	91,46	29,49	37,29	
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)					Garbanzos, patata y zanahoria (19)					Filetes de pollo en salsa					Lacón a la gallega				
Ensalada de lechuga, zanahoria y maíz (12)					Ensalada de lechuga, tomate y cebolla (12)					Arroz integral					Puré de patata					Puré de patata				
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					Naranja					Mandarina					Pera					Yogur natural (7)				
CENA: Ensalada y cerdo					CENA: Ensalada y ternera					CENA: Verdura y pollo					CENA: Ensalada y pavo					CENA: Verdura y huevo				
DIA 13					DIA 14					DIA 15					DIA 16					DIA 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)	
532,99	76,75	19,07	20,03		662,03	86,80	19,66	33,33		744,30	100,33	32,15	23,38		744,80	103,58	28,88	28,10		559,96	88,44	18,04	12,93	
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, ternera, patata y zanahoria (12, 19)					Revuelto de huevo con jamón York (3, 6)					Escalope de pollo (casero) (1, 3, 12, T1, T6, T10, T11)					Lomo de sajonia				
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 ecológica					Plátano					Yogur natural (7)				
CENA: Verdura y ternera										CENA: Verdura y ternera					CENA: Verdura y cerdo					CENA: Ensalada y pollo				
DIA 20					DIA 21					DIA 22					DIA 23					DIA 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)	
579,23	76,38	21,01	22,33		682,27	87,94	31,22	25,35		634,23	79,42	25,91	31,64		578,06	94,25	10,86	18,16		604,12	100,80	18,71	19,72	
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)					Lacón asado en su jugo					Frijoles con arroz integral (19)					Quinoa con verduras y salteado de pollo					Lomo de sajonia				
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					Pan (1, T6, T10, T11)					CENA: Verdura y pavo					Yogur natural (7)				
CENA: Verdura y cerdo					CENA: Verdura y ternera					CENA: Ensalada y cerdo										CENA: Ensalada y huevo				
DIA 27					DIA 28					DIA 29					DIA 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)						
759,96	111,76	26,32	30,10		694,33	87,86	25,49	30,24		652,68	89,22	19,19	31,57		601,11	97,31	15,55	26,26						
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)					Filetes de pollo en salsa					Garbanzos, pollo, ternera, patata y zanahoria (12, 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					CENA: Ensalada y pavo					Naranja									
CENA: Verdura y pavo					CENA: Verdura y ternera										CENA: Verdura y pavo									

Valoración nutricional:	Calcio 82,4	Hierro 5,9	Sodio 270,6	Vit. A 406,8	Vit. B1 0,2	Vit. B2 0,2	Vit. C 39,2	Ác. fólico 65,3	Fibra 9,1	Coolest. 16,7	AGS 4,1	AGM 1,4	AGP 0,5
-------------------------	-------------	------------	-------------	--------------	-------------	-------------	-------------	-----------------	-----------	---------------	---------	---------	---------

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.



ABRIL 2026 ALERGIA A PROTEÍNA DE LECHE DE VACA

LUNES					MARTES					MIÉRCOLES					JUEVES					VIERNES				
DIA 6					DIA 7					DIA 8					DIA 9					DIA 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)	
588,16	82,37	24,79	21,53		678,84	100,13	25,75	21,22		632,46	100,65	13,05	22,69		590,53	75,57	21,28	24,18		726,84	95,86	20,82	36,90	
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 (calabacin 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					Puré de patata				
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					Naranja					Mandarina					Pera					Gelatina				
CENA: Ensalada y pescado					CENA: Ensalada y ternera					CENA: Verdura y pollo					CENA: Ensalada y pavo					CENA: Verdura y huevo				
DIA 13					DIA 14					DIA 15					DIA 16					DIA 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)	
532,99	76,75	19,07	20,03		662,03	86,80	19,66	33,33		744,30	100,33	32,15	23,38		744,80	103,58	28,88	28,10		639,50	93,71	18,11	28,71	
Crema de zanahoria					Cocido: sopa de fideos integrales (1, T3, T6, T10)					Espaguetis con calabacin (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, ternera, patata y zanahoria (12, 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 ecológica					Plátano					Gelatina				
CENA: Verdura y ternera										CENA: Verdura y ternera					CENA: Verdura y pescado					CENA: Ensalada y pollo				
DIA 20					DIA 21					DIA 22					DIA 23					DIA 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)	
579,23	76,38	21,01	22,33		652,06	87,96	21,87	25,38		634,23	79,42	25,91	31,64		578,06	94,25	10,86	18,16		603,76	102,85	16,17	23,28	
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					Pan (1, T6, T10, T11)					CENA: Verdura y pavo					Gelatina				
CENA: Verdura y pescado					CENA: Verdura y ternera					CENA: Ensalada y pescado										CENA: Ensalada y huevo				
DIA 27					DIA 28					DIA 29					DIA 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)						
759,96	111,76	26,32	30,10		661,57	87,48	20,25	31,99		652,68	89,22	19,19	31,57		601,11	97,31	15,55	26,26						
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 al horno (4, T2, T14)					Garbanzos, pollo, ternera, patata y zanahoria (12, 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					CENA: Ensalada y pescado					Naranja									
CENA: Verdura y pavo					CENA: Verdura y ternera										CENA: Verdura y pavo									

Valoración nutricional: Calcio 59,7 Hierro 6,5 Sodio 264,7 Vit. A 442,2 Vit. B1 0,2 Vit. B2 0,2 Vit. C 43,8 Ác. fólico 63,6 Fibra 9,1 Colest. 13,4 AGS 3,4 AGM 1,3 AGP 0,5

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.


Gluten (1)


Crustáceo (2)


Huevo (3)


Pescado (4)


Cacahuete (5)


Soja (6)


Leche (7)


Frutos secos (8)


Apio (9)


Mostaza (10)


Sésamo (11)


Sulfitos (12)


Altramuzes (13)


Moluscos (14)


Trazas (15)



ABRIL 2026 ALERGIA AL HUEVO

LUNES

MARTES

MIÉRCOLES

JUEVES

VIERNES

DÍA 6

KCAL	Hidr.(g)	Lípid.(g)	Prot.(g)
588,16	82,37	24,79	21,53

Arroz de la huerta (tomate, pimiento y zanahoria)
Lacón asado en su jugo
Ensalada de lechuga, zanahoria y maíz (12)
Pan (1, T6, T10, T11)
Manzana

CENA: Ensalada y pescado

DÍA 7

KCAL	Hidr.(g)	Lípid.(g)	Prot.(g)
550,16	93,58	18,08	14,68

Espaguetis con salsa de tomate casera (sin gluten/huevo)
Lomo de sajonia
Ensalada de lechuga, tomate y cebolla (12)
Pan integral (1, T6, T10, T11)
Naranja

CENA: Ensalada y ternera

DÍA 8

KCAL	Hidr.(g)	Lípid.(g)	Prot.(g)
632,46	100,65	13,05	22,69

Brócoli a la bilbaina (12)
Puchero de garbanzos con bacalao (4, 19)
Arroz integral
Pan (1, T6, T10, T11)
Mandarina

CENA: Verdura y pollo

DÍA 9

KCAL	Hidr.(g)	Lípid.(g)	Prot.(g)
590,53	75,57	21,28	24,18

Crema de verdura (calabacín ECO, brócoli, zanahoria, patatas y puerro)
Filetes de pollo en salsa
Puré de patata
Pan (1, T6, T10, T11)
Pera

CENA: Ensalada y pavo

DÍA 10

KCAL	Hidr.(g)	Lípid.(g)	Prot.(g)
758,34	93,98	23,32	41,02

Lentejas estofadas con verduras (patata, zanahoria y pimiento) (19, T1)
Salmón con salsa de eneldo (4, T2, T14)
Puré de patata
Pan integral (1, T6, T10, T11)
Yogur natural (7)

CENA: Ensalada y cerdo

DÍA 13

KCAL	Hidr.(g)	Lípid.(g)	Prot.(g)
567,66	76,28	17,20	23,30

Crema de zanahoria
Albóndigas de pollo en salsa (caseras)
Patatas panaderas (12)
Pan integral (1, T6, T10, T11)
Pera

CENA: Verdura y ternera

DÍA 14

KCAL	Hidr.(g)	Lípid.(g)	Prot.(g)
694,84	91,66	23,05	29,07

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

DÍA 15

KCAL	Hidr.(g)	Lípid.(g)	Prot.(g)
715,69	97,59	33,76	27,31

Espaguetis con calabacín (sin gluten/sin huevo)
Lacón a la gallega
Ensalada de lechuga, tomate y maíz (12)
Pan (1, T6, T10, T11)
Manzana ecológica

CENA: Verdura y cerdo

DÍA 16

KCAL	Hidr.(g)	Lípid.(g)	Prot.(g)
684,67	94,06	27,96	24,61

Judías verdes a la bilbaina (12, 19)
Escalope de pollo (sin gluten/huevo)
Ensalada de lechuga, tomate y cebolla (12)
Pan (1, T6, T10, T11)
Plátano

CENA: Verdura y pescado

DÍA 17

KCAL	Hidr.(g)	Lípid.(g)	Prot.(g)
671,00	91,84	20,61	32,83

Arroz con salsa casera de tomate
Merluza a la vizcaina (pimiento y puerro) (4, T2, T14)
Ensalada de lechuga, zanahoria y maíz (12)
Pan integral (1, T6, T10, T11)
Yogur natural (7)

CENA: Ensalada y pollo

DÍA 20

KCAL	Hidr.(g)	Lípid.(g)	Prot.(g)
610,23	74,45	27,96	25,67

Sopa de fideos (sin gluten/huevo) (12)
Lacón asado en su jugo
Patatas panaderas (12)
Pan (1, T6, T10, T11)
Mandarina

CENA: Verdura y pescado

DÍA 21

KCAL	Hidr.(g)	Lípid.(g)	Prot.(g)
403,91	38,46	20,67	16,90

Fideuá con verduras (calabacín y pimientos) (sin gluten/huevo)
Dorado al horno (2, 4)
Ensalada de lechuga, zanahoria y maíz (12)
Pan integral (1, T6, T10, T11)
Manzana

CENA: Verdura y ternera

DÍA 22

KCAL	Hidr.(g)	Lípid.(g)	Prot.(g)
634,23	79,42	25,91	31,64

JORNADA GASTRONÓMICA
Frijoles con arroz integral (19)
Fajitas de pollo con verduritas (pimiento, cebolla y ajo) (1)
Ensalada de lechuga, tomate y maíz (12)
Pan (1, T6, T10, T11)
Naranja

CENA: Ensalada y pescado

DÍA 23

KCAL	Hidr.(g)	Lípid.(g)	Prot.(g)
578,06	94,25	10,86	18,16

Crema de calabaza ECO (con patata)
Quinoa con verduritas y salteado de pollo
Pan (1, T6, T10, T11)
Pera

CENA: Verdura y pavo

DÍA 24

KCAL	Hidr.(g)	Lípid.(g)	Prot.(g)
635,26	100,97	18,67	27,40

Paella Valenciana (pollo y judías verdes) (19)
Bacalao al pil pil (ajo y perejil) (4)
Ensalada de lechuga, tomate y cebolla (12)
Pan integral (1, T6, T10, T11)
Yogur natural (7)

CENA: Ensalada y cerdo

DÍA 27

KCAL	Hidr.(g)	Lípid.(g)	Prot.(g)
660,76	92,34	25,56	36,37

Lentejas estofadas con arroz integral (19, T1)
Lacón asado en su jugo
Ensalada de lechuga, tomate y zanahoria (12)
Pan (1, T6, T10, T11)
Mandarina

CENA: Verdura y pavo

DÍA 28

KCAL	Hidr.(g)	Lípid.(g)	Prot.(g)
647,22	92,28	19,31	27,21

Macarrones a la boloñesa (sin gluten/huevo) (12)
Salmón al horno (4, T2, T14)
Ensalada de lechuga, zanahoria y maíz (12)
Pan integral (1, T6, T10, T11)
Manzana

CENA: Verdura y ternera

DÍA 29

KCAL	Hidr.(g)	Lípid.(g)	Prot.(g)
680,68	90,99	22,90	27,57

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

CENA: Ensalada y pescado

DÍA 30

KCAL	Hidr.(g)	Lípid.(g)	Prot.(g)
601,11	97,31	15,55	26,26

Arroz caldoso con verduras (19)
Contramuslo al horno a las finas hierbas (12)
Ensalada de lechuga, tomate y maíz (12)
Pan integral (1, T6, T10, T11)
Naranja

CENA: Verdura y pavo

Valoración nutricional: Calcio 83,2 Hierro 6,5 Sodio 281,9 Vit. A 440,6 Vit. B1 0,2 Vit. B2 0,1 Vit. C 43,9 Ác. fólico 64,1 Fibra 8,5 Colest. 17,5 AGS 4,0 AGM 1,6 AGP 0,5

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.



ABRIL 2026 HIPERCOLESTEROLEMIA

LUNES

MARTES

MIÉRCOLES

JUEVES

VIERNES

DIA 6

KCAL	Hidr.(g)	Lípid.(g)	Prot.(g)
588,16	82,37	24,79	21,53

Arroz de la huerta (tomate, pimiento y zanahoria)
Lacón asado en su jugo
Ensalada de lechuga, zanahoria y maíz (12)
Pan (1, T6, T10, T11)
Manzana

CENA: Ensalada y pescado

DIA 13

KCAL	Hidr.(g)	Lípid.(g)	Prot.(g)
532,99	76,75	19,07	20,03

Crema de zanahoria
Albóndigas de pollo y pavo en salsa (6, 19, T1, T3)
Patatas panaderas (12)
Pan integral (1, T6, T10, T11)
Pera

CENA: Verdura y ternera

DIA 20

KCAL	Hidr.(g)	Lípid.(g)	Prot.(g)
579,23	76,38	21,01	22,33

Sopa de estrellas (1, 9, T3, T6, T10)
Tortilla francesa (3)
Patatas panaderas (12)
Pan (1, T6, T10, T11)
Mandarina

CENA: Verdura y pescado

DIA 27

KCAL	Hidr.(g)	Lípid.(g)	Prot.(g)
759,96	111,76	26,32	30,10

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

CENA: Verdura y pavo

DIA 7

KCAL	Hidr.(g)	Lípid.(g)	Prot.(g)
678,84	100,13	25,75	21,22

Espaguetis con salsa de tomate casera (1, T3, T6, T10)
Tortilla francesa (3)
Ensalada de lechuga, tomate y cebolla (12)
Pan integral (1, T6, T10, T11)
Naranja

CENA: Ensalada y ternera

DIA 14

KCAL	Hidr.(g)	Lípid.(g)	Prot.(g)
569,21	87,16	9,48	32,48

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

CENA: Ensalada y pavo

DIA 21

KCAL	Hidr.(g)	Lípid.(g)	Prot.(g)
652,06	87,96	21,87	25,38

Fideuá con verduras (calabacín y pimientos) (1, T3, T6, T10)
Dorado al horno (2, 4)
Ensalada de lechuga, zanahoria y maíz (12)
Pan integral (1, T6, T10, T11)
Manzana

CENA: Verdura y ternera

DIA 28

KCAL	Hidr.(g)	Lípid.(g)	Prot.(g)
628,36	86,05	18,85	28,37

Macarrones con salsa de tomate casera (1, T3)
Salmón al horno (4, T2, T14)
Ensalada de lechuga, zanahoria y maíz (12)
Pan integral (1, T6, T10, T11)
Manzana

CENA: Verdura y ternera

DIA 8

KCAL	Hidr.(g)	Lípid.(g)	Prot.(g)
632,46	100,65	13,05	22,69

Brócoli a la bilbaina (12)
Puchero de garbanzos con bacalao (4, 19)
Arroz integral
Pan (1, T6, T10, T11)
Mandarina

CENA: Verdura y pollo

DIA 15

KCAL	Hidr.(g)	Lípid.(g)	Prot.(g)
744,30	100,33	32,15	23,38

Espaguetis con calabacín (1, T3, T6, T10)
Revuelto de huevo con jamón York (3, 6)
Ensalada de lechuga, tomate y maíz (12)
Pan (1, T6, T10, T11)
Mandarina ecológica

CENA: Verdura y ternera

DIA 22

KCAL	Hidr.(g)	Lípid.(g)	Prot.(g)
634,23	79,42	25,91	31,64

JORNADA GASTRONÓMICA
Frijoles con arroz integral (19)
Fajitas de pollo con verduritas (pimiento, cebolla y ajo) (1)
Ensalada de lechuga, tomate y maíz (12)
Pan (1, T6, T10, T11)
Naranja

CENA: Ensalada y pescado

DIA 29

KCAL	Hidr.(g)	Lípid.(g)	Prot.(g)
555,06	86,48	9,33	30,98

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

CENA: Ensalada y pescado

DIA 9

KCAL	Hidr.(g)	Lípid.(g)	Prot.(g)
590,53	75,57	21,28	24,18

Crema de verdura (calabacín ECO, brócoli, zanahoria, patatas y puerro)
Filetes de pollo en salsa
Puré de patata
Pan (1, T6, T10, T11)
Pera

CENA: Ensalada y pavo

DIA 16

KCAL	Hidr.(g)	Lípid.(g)	Prot.(g)
583,14	72,42	27,20	22,80

Judías verdes a la bilbaina (12, 19)
Filetes de pollo en salsa
Ensalada de lechuga, tomate y cebolla (12)
Pan (1, T6, T10, T11)
Plátano

CENA: Verdura y pescado

DIA 23

KCAL	Hidr.(g)	Lípid.(g)	Prot.(g)
575,66	73,97	21,25	23,62

Crema de calabaza ECO (con patata)
Filetes de pollo en salsa
Patata hervida
Pan (1, T6, T10, T11)
Pera

CENA: Verdura y pavo

DIA 30

KCAL	Hidr.(g)	Lípid.(g)	Prot.(g)
601,11	97,31	15,55	26,26

Arroz caldoso con verduras (19)
Contramuslo al horno a las finas hierbas (12)
Ensalada de lechuga, tomate y maíz (12)
Pan integral (1, T6, T10, T11)
Naranja

CENA: Verdura y pavo

DIA 10

KCAL	Hidr.(g)	Lípid.(g)	Prot.(g)
758,34	93,98	23,32	41,02

Lentejas estofadas con verduras (patata, zanahoria y pimiento) (19, T1)
Salmón con salsa de eneldo (4, T2, T14)
Puré de patata
Pan integral (1, T6, T10, T11)
Yogur natural (7)

CENA: Verdura y huevo

DIA 17

KCAL	Hidr.(g)	Lípid.(g)	Prot.(g)
671,00	91,84	20,61	32,83

Arroz con salsa casera de tomate
Merluza a la vizcaina (pimiento y puerro) (4, T2, T14)
Ensalada de lechuga, zanahoria y maíz (12)
Pan integral (1, T6, T10, T11)
Yogur natural (7)

CENA: Ensalada y pollo

DIA 24

KCAL	Hidr.(g)	Lípid.(g)	Prot.(g)
635,26	100,97	18,67	27,40

Paella Valenciana (pollo y judías verdes) (19)
Bacalao al pil pil (ajo y perejil) (4)
Ensalada de lechuga, tomate y cebolla (12)
Pan integral (1, T6, T10, T11)
Yogur natural (7)

CENA: Ensalada y huevo

Valoración nutricional: Calcio 83,7 Hierro 4,8 Sodio 258,4 Vit. A 400,2 Vit. B1 0,2 Vit. B2 0,2 Vit. C 42,3 Ác. fólico 66,9 Fibra 8,8 Colest. 14,6 AGS 3,4 AGM 1,3 AGP 0,4

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.



ABRIL 2026 SIN CERDO

LUNES

MARTES

MIÉRCOLES

JUEVES

VIERNES

DIA 6

KCAL	Hidr.(g)	Lípid.(g)	Prot.(g)
652,20	86,02	28,09	18,30

Arroz de la huerta (tomate, pimienta y zanahoria)
Hamburguesa de pollo (6, T1, T2, T3, T4, T7, T8, T9, T10, T12, T14)
Ensalada de lechuga, zanahoria y maíz (12)
Pan (1, T6, T10, T11)
Manzana

CENA: Ensalada y pescado

DIA 13

KCAL	Hidr.(g)	Lípid.(g)	Prot.(g)
532,99	76,75	19,07	20,03

Crema de zanahoria
Albóndigas de pollo y pavo en salsa (6, 19, T1, T3)
Patatas panaderas (12)
Pan integral (1, T6, T10, T11)
Pera

CENA: Verdura y ternera

DIA 20

KCAL	Hidr.(g)	Lípid.(g)	Prot.(g)
568,33	77,43	20,57	18,49

Sopa de fideos con verduras (1, 9, T3, T6, T10)
Tortilla francesa (3)
Patatas panaderas (12)
Pan (1, T6, T10, T11)
Mandarina

CENA: Verdura y pescado

DIA 27

KCAL	Hidr.(g)	Lípid.(g)	Prot.(g)
759,96	111,76	26,32	30,10

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

CENA: Verdura y pavo

DIA 7

KCAL	Hidr.(g)	Lípid.(g)	Prot.(g)
678,84	100,13	25,75	21,22

Espaguetis con salsa de tomate casera (1, T3, T6, T10)
Tortilla francesa (3)
Ensalada de lechuga, tomate y cebolla (12)
Pan integral (1, T6, T10, T11)
Naranja

CENA: Ensalada y ternera

DIA 14

KCAL	Hidr.(g)	Lípid.(g)	Prot.(g)
569,21	87,16	9,48	32,48

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

CENA: Ensalada y pavo

DIA 21

KCAL	Hidr.(g)	Lípid.(g)	Prot.(g)
652,06	87,96	21,87	25,38

Fideuá con verduras (calabacín y pimientos) (1, T3, T6, T10)
Dorado al horno (2, 4)
Ensalada de lechuga, zanahoria y maíz (12)
Pan integral (1, T6, T10, T11)
Manzana

CENA: Verdura y ternera

DIA 28

KCAL	Hidr.(g)	Lípid.(g)	Prot.(g)
876,68	111,32	38,44	24,71

Macarrones con salsa de tomate casera (1, T3)
Boquerones a la andaluza (1, 2, 3, 4, 12, T2, T3, T4, T6, T7, T10, T14)
Ensalada de lechuga, zanahoria y maíz (12)
Pan integral (1, T6, T10, T11)
Manzana

CENA: Verdura y ternera

DIA 8

KCAL	Hidr.(g)	Lípid.(g)	Prot.(g)
632,46	100,65	13,05	22,69

Brócoli a la bilbaina (12)
Puchero de garbanzos con bacalao (4, 19)
Arroz integral
Pan (1, T6, T10, T11)
Mandarina

CENA: Verdura y pollo

DIA 15

KCAL	Hidr.(g)	Lípid.(g)	Prot.(g)
729,10	99,84	33,00	21,15

Espaguetis con calabacín (1, T3, T6, T10)
Revuelto de huevo con calabacín (3)
Ensalada de lechuga, tomate y maíz (12)
Pan (1, T6, T10, T11)
Mandarina ecológica

CENA: Verdura y ternera

DIA 22

KCAL	Hidr.(g)	Lípid.(g)	Prot.(g)
634,23	79,42	25,91	31,64

JORNADA GASTRONÓMICA
Frijoles con arroz integral (19)
Fajitas de pollo con verduritas (pimiento, cebolla y ajo) (1)
Ensalada de lechuga, tomate y maíz (12)
Pan (1, T6, T10, T11)
Naranja

CENA: Ensalada y pescado

DIA 29

KCAL	Hidr.(g)	Lípid.(g)	Prot.(g)
555,06	86,48	9,33	30,98

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

CENA: Ensalada y pescado

DIA 9

KCAL	Hidr.(g)	Lípid.(g)	Prot.(g)
590,53	75,57	21,28	24,18

Crema de verdura (calabacín ECO, brócoli, zanahoria, patatas y puerro)
Filetes de pollo en salsa
Puré de patata
Pan (1, T6, T10, T11)
Pera

CENA: Ensalada y pavo

DIA 16

KCAL	Hidr.(g)	Lípid.(g)	Prot.(g)
744,80	103,58	28,88	28,10

Judías verdes a la bilbaina (12, 19)
Escalope de pollo (casero) (1, 3, 12, T1, T6, T10, T11)
Ensalada de lechuga, tomate y cebolla (12)
Pan (1, T6, T10, T11)
Plátano

CENA: Verdura y pescado

DIA 23

KCAL	Hidr.(g)	Lípid.(g)	Prot.(g)
578,06	94,25	10,86	18,16

Crema de calabaza ECO (con patata)
Quinoa con verduritas y salteado de pollo
Pan (1, T6, T10, T11)
Pera

CENA: Verdura y pavo

DIA 30

KCAL	Hidr.(g)	Lípid.(g)	Prot.(g)
601,11	97,31	15,55	26,26

Arroz caldoso con verduras (19)
Contramuslo al horno a las finas hierbas (12)
Ensalada de lechuga, tomate y maíz (12)
Pan integral (1, T6, T10, T11)
Naranja

CENA: Verdura y pavo

DIA 10

KCAL	Hidr.(g)	Lípid.(g)	Prot.(g)
758,34	93,98	23,32	41,02

Lentejas estofadas con verduras (patata, zanahoria y pimiento) (19, T1)
Salmón con salsa de eneldo (4, T2, T14)
Puré de patata
Pan integral (1, T6, T10, T11)
Yogur natural (7)

CENA: Verdura y huevo

DIA 17

KCAL	Hidr.(g)	Lípid.(g)	Prot.(g)
695,06	97,03	20,65	33,56

Arroz caldoso con verduras (19)
Merluza a la vizcaina (pimiento y puerro) (4, T2, T14)
Ensalada de lechuga, zanahoria y maíz (12)
Pan integral (1, T6, T10, T11)
Yogur natural (7)

CENA: Ensalada y pollo

DIA 24

KCAL	Hidr.(g)	Lípid.(g)	Prot.(g)
635,26	100,97	18,67	27,40

Paella Valenciana (pollo y judías verdes) (19)
Bacalao al pil pil (ajo y perejil) (4)
Ensalada de lechuga, tomate y cebolla (12)
Pan integral (1, T6, T10, T11)
Yogur natural (7)

CENA: Ensalada y huevo

Valoración nutricional: Calcio 84,0 Hierro 6,8 Sodio 281,1 Vit. A 397,9 Vit. B1 0,2 Vit. B2 0,1 Vit. C 44,5 Ác. fólico 67,0 Fibra 8,9 Colest. 15,3 AGS 3,5 AGM 1,6 AGP 0,4

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.



ABRIL 2026 SIN GLUTEN

LUNES					MARTES					MIÉRCOLES					JUEVES					VIERNES				
DÍA 6	KCAL	Hidr.(g)	Lípid.(g)	Prot.(g)	DÍA 7	KCAL	Hidr.(g)	Lípid.(g)	Prot.(g)	DÍA 8	KCAL	Hidr.(g)	Lípid.(g)	Prot.(g)	DÍA 9	KCAL	Hidr.(g)	Lípid.(g)	Prot.(g)	DÍA 10	KCAL	Hidr.(g)	Lípid.(g)	Prot.(g)
606,68	88,77	24,91	19,28		719,13	108,67	27,30	20,55		650,98	107,05	13,17	20,44		609,06	81,97	21,40	21,93		775,35	104,23	20,92	40,47	
Arroz de la huerta (tomate, pimiento y zanahoria)					Espaguetis con salsa de tomate casera (sin gluten/huevo)					Brócoli a la bilbaina (12)					Crema de verdura (calabacín ECO, brócoli, zanahoria, patatas y puerro)					Puchero de garbanzos (patata y zanahoria) (19)				
Lacón asado en su jugo										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)					Tortilla francesa (3)					Arroz integral					Puré de patata					Puré de patata				
Pan (sin gluten) (3, 7, T6, T8)					Ensalada de lechuga, tomate y cebolla (12)					Pan (sin gluten) (3, 7, T6, T8)					Pan (sin gluten) (3, 7, T6, T8)					Pan (sin gluten) (3, 7, T6, T8)				
Manzana					Pan (sin gluten) (3, 7, T6, T8)					Mandarina					Pera					Yogur natural (7)				
CENA: Ensalada y pescado					Naranja					CENA: Verdura y pollo					CENA: Ensalada y pavo					CENA: Verdura y huevo				
					CENA: Ensalada y ternera																			
DÍA 13	KCAL	Hidr.(g)	Lípid.(g)	Prot.(g)	DÍA 14	KCAL	Hidr.(g)	Lípid.(g)	Prot.(g)	DÍA 15	KCAL	Hidr.(g)	Lípid.(g)	Prot.(g)	DÍA 16	KCAL	Hidr.(g)	Lípid.(g)	Prot.(g)	DÍA 17	KCAL	Hidr.(g)	Lípid.(g)	Prot.(g)
689,02	85,41	30,29	19,44		713,37	98,06	23,17	26,83		776,41	106,17	34,14	22,18		703,19	100,46	28,08	22,36		713,09	102,94	20,89	31,42	
Crema de zanahoria					Sopa de fideos (sin gluten/huevo) (12)					Espaguetis con calabacín (sin gluten/sin huevo)					Judías verdes a la bilbaina (12, 19)					Arroz con salsa casera de tomate				
Albóndigas mixtas en salsa (19)					Garbanzos, pollo, ternera, patata y zanahoria (12, 19)					Revuelto de huevo con jamón York (3, 6)					Escalope de pollo (sin gluten/huevo)					Merluza a la vizcaina (pimiento y puerro) (4, T2, T14)				
Patatas panaderas (12)					Pan (sin gluten) (3, 7, T6, T8)					Ensalada de lechuga, tomate y maíz (12)					Ensalada de lechuga, tomate y cebolla (12)					Ensalada de lechuga, zanahoria y maíz (12)				
Pan (sin gluten) (3, 7, T6, T8)					Naranja					Pan (sin gluten) (3, 7, T6, T8)					Pan (sin gluten) (3, 7, T6, T8)					Pan (sin gluten) (3, 7, T6, T8)				
Pera					CENA: Ensalada y pavo					Manzana ecológica					CENA: Verdura y pescado					Yogur natural (7)				
CENA: Verdura y ternera										CENA: Verdura y ternera										CENA: Ensalada y pollo				
DÍA 20	KCAL	Hidr.(g)	Lípid.(g)	Prot.(g)	DÍA 21	KCAL	Hidr.(g)	Lípid.(g)	Prot.(g)	DÍA 22	KCAL	Hidr.(g)	Lípid.(g)	Prot.(g)	DÍA 23	KCAL	Hidr.(g)	Lípid.(g)	Prot.(g)	DÍA 24	KCAL	Hidr.(g)	Lípid.(g)	Prot.(g)
659,46	84,50	27,84	17,90		446,01	49,56	20,95	15,49		741,33	85,19	31,77	39,60		596,59	100,65	10,98	15,92		677,36	112,07	18,95	25,99	
Sopa de fideos (sin gluten/huevo) (12)					Fideuá con verduras (calabacín y pimientos) (sin gluten/huevo)					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 verduras y salteado de pollo					Bacalao al pil pil (ajo y perejil) (4)				
Patatas panaderas (12)					Ensalada de lechuga, zanahoria y maíz (12)					Wok de pollo con verduritas (pimiento, calabacín y ajo) (sin soja)					Pan (sin gluten) (3, 7, T6, T8)					Ensalada de lechuga, tomate y cebolla (12)				
Pan (sin gluten) (3, 7, T6, T8)					Pan (sin gluten) (3, 7, T6, T8)					Ensalada de lechuga, tomate y maíz (12)					Pera					Pan (sin gluten) (3, 7, T6, T8)				
Mandarina					Manzana					Pan (sin gluten) (3, 7, T6, T8)					CENA: Verdura y pavo					Yogur natural (7)				
CENA: Verdura y pescado					CENA: Verdura y ternera					CENA: Ensalada y pescado										CENA: Ensalada y huevo				
DÍA 27	KCAL	Hidr.(g)	Lípid.(g)	Prot.(g)	DÍA 28	KCAL	Hidr.(g)	Lípid.(g)	Prot.(g)	DÍA 29	KCAL	Hidr.(g)	Lípid.(g)	Prot.(g)	DÍA 30	KCAL	Hidr.(g)	Lípid.(g)	Prot.(g)					
721,35	102,57	28,89	24,20		689,32	103,38	19,59	25,80		699,21	97,39	23,02	25,33		643,21	108,41	15,83	24,84						
Alubias blancas estofadas (pimiento y puerro) (19)					Macarrones a la boloñesa (sin gluten/huevo) (12)					Sopa de fideos (sin gluten/huevo) (12)					Arroz caldoso con verduras (19)									
Tortilla de patata (3)					Salmón al horno (4, T2, T14)					Garbanzos, pollo, ternera, patata y zanahoria (12, 19)					Contramuslo al horno a las finas hierbas (12)									
Ensalada de lechuga, tomate y zanahoria (12)					Ensalada de lechuga, zanahoria y maíz (12)					Pan (sin gluten) (3, 7, T6, T8)					Ensalada de lechuga, tomate y maíz (12)									
Pan (sin gluten) (3, 7, T6, T8)					Pan (sin gluten) (3, 7, T6, T8)					Pera					Pan (sin gluten) (3, 7, T6, T8)									
Mandarina					Manzana					CENA: Ensalada y pescado					Naranja									
CENA: Verdura y pavo					CENA: Verdura y ternera										CENA: Verdura y pavo									

Valoración nutricional:	Calcio 73,2	Hierro 5,9	Sodio 266,0	Vit. A 414,7	Vit. B1 0,2	Vit. B2 0,1	Vit. C 43,3	Ác. fólico 65,2	Fibra 9,2	Colest. 19,2	AGS 4,2	AGM 1,6	AGP 0,4
-------------------------	-------------	------------	-------------	--------------	-------------	-------------	-------------	-----------------	-----------	--------------	---------	---------	---------

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.

