

Menú Mayo 2026

Colegio, Sin legumbres

Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes
27 - Crema de zanahoria - Pinchitos de pollo al horno en salsa de pimiento y cebolla - Lechuga aliñada - Fruta: plátano P: 21.09%, G: 29.92%, HC: 49.00%, Az: 28.16gr Sal: 0.79gr, AGS: 1.93gr, 375.93 Kcal	28 - Ensalada de lechuga, huevo duro, zanahoria, maíz y naranja - Arroz integral con salsa de tomate, zanahoria, cebolla, pimiento y queso v2 - Manzana P: 11.57%, G: 40.11%, HC: 48.32%, Az: 16.90gr Sal: 1.42gr, AGS: 4.44gr, 429.17 Kcal	29 - Crema de calabacín y puerros con queso - Merluza guisada en salsa verde - Patatas panaderas con pimientos al horno v.1 - Fruta: plátano P: 16.89%, G: 30.77%, HC: 52.34%, Az: 27.59gr Sal: 0.86gr, AGS: 2.88gr, 411.12 Kcal	30 - Crema de verduras - Tortilla de patata con cebolla ta v1 - Tomate aliñado con maíz - Pera P: 8.76%, G: 47.45%, HC: 43.80%, Az: 19.59gr Sal: 1.42gr, AGS: 3.35gr, 394.04 Kcal	1
4 - Sopa de verduras con arroz - Escalope de pollo asado al horno al limón - Ensalada de lechuga, maíz y zanahoria v.1 - Fruta: plátano P: 14.15%, G: 27.65%, HC: 58.19%, Az: 27.92gr Sal: 0.90gr, AGS: 2.22gr, 461.93 Kcal	5 - Ensalada de arroz con maíz, zanahoria y aceitunas - Merluza al horno con aceite de oliva y perejil v.2 - Lechuga aliñada - Pera P: 14.71%, G: 31.30%, HC: 53.99%, Az: 13.19gr Sal: 1.21gr, AGS: 2.46gr, 453.84 Kcal	6 - Arroz integral hervido con tomate - Tortilla francesa - Ensalada de lechuga, tomate y aceitunas negras - Naranja P: 10.31%, G: 51.37%, HC: 38.32%, Az: 9.11gr Sal: 0.58gr, AGS: 3.90gr, 430.28 Kcal	7 - Crema de espinacas, calabacín y cebolla - Magro de cerdo guisado en salsa con champiñones - Patatas gajo especiadas al horno v1 - Fruta: plátano P: 16.56%, G: 36.71%, HC: 46.73%, Az: 27.31gr Sal: 0.87gr, AGS: 3.00gr, 437.71 Kcal	8 - Sopa de verduras con arroz - Tortilla de patata con calabacín ta v2 - Ensalada de brotes tiernos, tomate y queso fresco - Manzana P: 8.66%, G: 39.88%, HC: 51.46%, Az: 14.96gr Sal: 0.52gr, AGS: 3.80gr, 484.36 Kcal
11 - Crema de puerro, patata, calabacín y zanahoria v.1 - Salmon al horno a la naranja v1 - Patatas panaderas con pimientos al horno v.1 - Fruta: plátano P: 18.03%, G: 38.52%, HC: 43.46%, Az: 28.98gr Sal: 3.80gr, AGS: 3.16gr, 489.71 Kcal	12 - Ensalada de lechuga, tomate, zanahoria, maíz y huevo duro - Arroz salteado con champiñones - Pollo al horno con ajo y limón - Manzana P: 15.59%, G: 32.12%, HC: 52.29%, Az: 11.39gr Sal: 1.20gr, AGS: 3.34gr, 512.03 Kcal	13 - Crema de zanahoria - Tortilla de patata con cebolla ta v1 - Ensalada de brotes tiernos, tomate y manzana - Manzana P: 8.41%, G: 46.51%, HC: 45.08%, Az: 10.07gr Sal: 1.37gr, AGS: 3.33gr, 399.30 Kcal	14 - Arroz hervido con tomate - Merluza al horno con aceite de oliva y perejil v.2 - Ensalada de lechuga, tomate y huevo duro. - Mandarina P: 17.49%, G: 36.34%, HC: 46.18%, Az: 8.83gr Sal: 1.24gr, AGS: 3.42gr, 451.25 Kcal	15 - Crema de calabacín y puerros con queso - Pollo al horno - Tomate aliñado - Yogurt P: 22.84%, G: 40.70%, HC: 36.45%, Az: 21.75gr Sal: 0.92gr, AGS: 4.25gr, 376.63 Kcal
18 - Crema de verduras con patata, coliflor, puerro y champiñones - Rosada al horno con cebolla y tomillo v2 - Patatas gajo especiadas al horno v1 - Fruta: plátano P: 19.06%, G: 29.30%, HC: 51.64%, Az: 26.78gr Sal: 0.74gr, AGS: 2.03gr, 414.04 Kcal	19 - Ensalada de lechuga, zanahoria, maíz y naranja - Arroz blanco hervido con zanahoria y calabacín - Huevo duro - Manzana P: 9.43%, G: 30.83%, HC: 59.74%, Az: 15.02gr Sal: 0.93gr, AGS: 2.51gr, 377.10 Kcal	20 - Sopa de verduras con arroz - Tortilla de patata con calabacín ta v2 - Ensalada de lechuga, pepino y queso fresco - Fruta: plátano P: 8.95%, G: 31.93%, HC: 59.12%, Az: 29.08gr Sal: 0.52gr, AGS: 3.52gr, 524.42 Kcal	21 - Arroz hervido con ajo, aove y sal v.1 - Pavo al ajillo al horno - Ensalada de lechuga, maíz y zanahoria - Mandarina P: 14.18%, G: 46.53%, HC: 39.28%, Az: 9.49gr Sal: 0.81gr, AGS: 2.95gr, 498.73 Kcal	22 - Crema de puerros - Tortilla francesa - Tomate y pepino aliñado v1 - Pera P: 10.51%, G: 55.21%, HC: 34.28%, Az: 16.14gr Sal: 0.46gr, AGS: 3.27gr, 328.00 Kcal
25 - Crema de calabaza, zanahoria y calabacín v2 - Cinta de lomo de cerdo al horno en salsa - Patatas panaderas con pimientos al horno v.1 - Fruta: plátano P: 15.84%, G: 32.15%, HC: 52.01%, Az: 29.93gr Sal: 0.96gr, AGS: 2.03gr, 396.12 Kcal	26 - Ensalada de arroz con maíz, zanahoria y aceitunas. - Tortilla francesa - Lechuga aliñada - Pera P: 9.96%, G: 43.48%, HC: 47.55%, Az: 12.67gr Sal: 0.70gr, AGS: 3.65gr, 451.25 Kcal	27 - Crema de calabacín - Huevo duro - Ensalada de lechuga, tomate, zanahoria y aceitunas - Fruta: plátano P: 9.79%, G: 41.48%, HC: 48.73%, Az: 27.84gr Sal: 0.68gr, AGS: 2.98gr, 353.35 Kcal	28 - Arroz integral hervido con tomate - Merluza al horno con aceite de oliva y perejil v.2 - Ensalada de lechuga, tomate y aceitunas - Mandarina P: 16.42%, G: 45.07%, HC: 38.50%, Az: 9.02gr Sal: 1.00gr, AGS: 3.02gr, 416.52 Kcal	29 - Sopa de verduras con arroz - Tortilla de patata con cebolla ta v1 - Ensalada de brotes tiernos, tomate y queso fresco - Naranja P: 8.92%, G: 40.31%, HC: 50.76%, Az: 13.98gr Sal: 1.41gr, AGS: 4.19gr, 483.10 Kcal

 F. Cáscara /
  Apio /
  Mostaza /
  Sésamo /
  SO2 /
  Moluscos /
  Altramuces /
  Gluten /
  Crustáceos /
  Huevos /
  Pescados /
  Cacahuets /
  Soja /
  Lácteos

* NOTA INFORMATIVA PARA PADRES Y MADRES

La fruta podrá ser sustituida por zumo de naranja ecológica natural u otra fruta debido a las fluctuaciones del mercado de temporada.