



MENU MENSUAL MAYO 2026

LUNES

11 Crema de verduras
Patata, zanahoria, puerro y guisantes
Pollo asado en su jugo
menestra de verduras
judía, zanahoria, col y guisantes

Fruta de temporada, pan integral y agua
409.26kcal/12,87g/57,18g/18,2g

18 Migas de sémola con magro de cerdo y pimientos verdes 8
Queso fresco 6
Ensalada de tomate, maíz y zanahoria

Fruta de temporada, pan integral y agua
616,2kcal/20,52g/89g/23,1g

25 Macarrones integrales con tomate y atún 2,8
Albóndigas mixtas en salsa 7,8,10
Cebolla, vino blanco, ajo y pimiento seco
Menestra de verduras
judía, zanahoria, col y guisantes

Fruta de temporada, pan integral y agua
645kcal/15,82g/91g/34,7g

MARTES

5 Crema de zanahoria
Zanahoria, patata, cebolla
Empanadillas de atún 2,7,8,4
Ensalada de lechuga, tomate y maíz

Fruta de temporada, pan blanco y agua
526.96kcal/19,55g/75,74g/10,86g

12 Cazuela de pescado 8
Patata, zanahoria, merluza, cebolla

Buñuelos caseros de calabacino y queso
huevo, harina, levadura, calabacino y queso
6,7,8
ensalada de tomate, pepino y orégano
Fruta de temporada, pan blanco y agua
510,10kcal/15,52g/64,1g/31,10g

19 Lentejas ECO a la jardinera
Patata, zanahoria, cebolla y pimiento
Tortilla de patatas y calabacino 7
Ensalada de lechuga, manzana y maíz

Fruta de temporada, pan blanco y agua
536kcal/17g/69g/20g

26 Estofado de cerdo con patatas
Cebolla, pimiento, zanahoria y tomate
Tortilla de patatas con cebolla 7
Ensalada de lechuga, manzana y maíz

Fruta de temporada, pan blanco y agua
527kcal/23,52g/60gr/22,1g

MIÉRCOLES

6 Alubias con verduras
patata, judías verdes
Tortilla de patatas 7
Ensalada de lechuga, tomate, manzana

Fruta de temporada, pan integral y agua
536kcal/17g/69g/20g

13 Garbanzos ECO estofados
Patata, judía, zanahoria

Tortilla de atún 2,7
Ensalada de lechuga, maíz y tomate

Fruta de temporada, pan integral y agua
595kcal/24,52g/71g/26,1g

20 Espirales a la carbonara 6,8
Nata, cebolla y york

Fogonero con tomate 2
Cebolla y tomate triturado
Judías verdes salteadas

Fruta de temporada, pan integral y agua
577kcal/20,52g/78g/23,10g

27 Alubias con verduras
patata, judías verdes
Pollo al ajillo 10
Pollo, vino blanco, ajo y pimentón
Patatas fritas

Fruta de temporada, pan integral y agua
510,7kcal/48,52g/111g/35,5g

JUEVES

7 Arroz integral con pescado 2
Carne de cerdo en salsa 10
Vino blanco, cebolla, ajo y tomate triturado
Patata horneada

Yogur, pan blanco y agua
505kcal/19g/55g/22g

14 Arroz con pisto triturado
Tomate, pimiento, cebolla, zanahoria y calabacino

Pastel de carne 6,7
Huevo, nata, pollo y cerdo
Ensalada de lechuga quinoa y tomate

Yogur, pan blanco y agua
589,6kcal/14,52g/83,7g/33,1g

21 Crema de calabaza
Patata, cebolla y calabaza

Filete de lomo empanado 7,8
Lomo, huevo pan rallado
Patata a lo pobre

Yogur, pan blanco y agua
615,6kcal/9,52g/101g/32,10g

28 Crema de patata y calabacino
Patata, calabacino y cebolla

Pizza casera de jamón y queso 6,8
Base, tomate frito, york y queso
Tomate con pepino y orégano

Yogur, pan blanco y agua
516kcal/15,72g/75,5g/20,5g

VIERNES

8 Coditos con tomate y calabacino 8
Merluza en salsa verde 2
Ajo y perejil
Verduras salteadas
Zanahoria, judías verdes

Fruta de temporada, pan blanco y agua
592kcal/14,82g/80g/20,7g

15 Espaguetis integrales con tomate y queso 6,7,8
Fogonero al horno 2
Guisantes salteados

Fruta de temporada, pan blanco y agua
611kcal/20,52g/79g/30,1g

22 Arroz integral al curry 7
Pollo, huevo

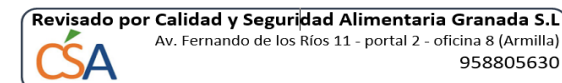
Bacaladilla al horno al ajoarriero 2
Pimentón y ajo
Ensalada de lechuga, tomate y quinoa

Fruta de temporada, pan blanco y agua
662kcal/52g/14.1g/34g

29 Sopa de picadillo 7,8
Huevo, pollo

Taquitos de potón rebozados 2,8
Ensalada de lechuga, tomate y quinoa

Fruta de temporada, pan blanco y agua
359,7kcal/6,52g/53g/22,10g



* Valor calórico total (kcal)/ Grasas (g)/Hidratos de Carbono (g)/Proteínas (g)/ de una ración media para niños de 3 a 6 años