

# MENU BASAL COLEGIOS

## SEGUNDO TRIMESTRE CURSO 2025-2026

### LUNES

| 02/02 02/03 30/03                            |
|----------------------------------------------|
| SOPA DE ESTRELLITAS                          |
| TORTILLA ESPAÑOLA AL HORNO                   |
| ENSALADA MIXTA                               |
| FRUTA NATURAL                                |
| Kcal.: 560,18 - P: 13,18 - L: 20,04 - Hc: 42 |

### MARTES

| 03/02 03/03 31/03                               |
|-------------------------------------------------|
| CREMA DE BERROS                                 |
| ROPA VIEJA MIXTA (CERDO Y POLLO)                |
| FRUTA NATURAL                                   |
| Kcal.: 488,75 - P: 11,37 - L: 20,55 - Hc: 44,75 |

### MIÉRCOLES

| 04/02 04/03                                     |
|-------------------------------------------------|
| JUDIAS PINTAS                                   |
| MERLUZA EN SALSA VERDE AL HORNO                 |
| ENSALADA MEDITERRÁNEA                           |
| FRUTA NATURAL                                   |
| Kcal.: 490,78 - P: 12,37 - L: 18,89 - Hc: 44,52 |

### JUEVES

| 08/01 05/02 05/03                             |
|-----------------------------------------------|
| CREMA DE CALABAZA                             |
| CONTRAMUSLO DE POLLO AL HORNO                 |
| PAPAS BRAVAS                                  |
| FRUTA NATURAL                                 |
| Kcal.: 580,4 - P: 13,9 - L: 19,61 - Hc: 46,87 |

### VIERNES

| 09/01 06/02 06/03                               |
|-------------------------------------------------|
| CREMA DE ZANAHORIAS                             |
| MACARRONES CON SALSA DE TOMATE Y PAVO           |
| YOGUR NATURAL                                   |
| Kcal.: 603,96 - P: 11,62 - L: 19,01 - Hc: 48,88 |

| 12/01 09/02 09/03                               |
|-------------------------------------------------|
| POTAJE DE ESPINACAS CON GARBANZOS               |
| JAMONCITOS DE POLLO AL HORNO                    |
| ARROZ BLANCO                                    |
| FRUTA NATURAL                                   |
| Kcal.: 587,03 - P: 10,71 - L: 21,63 - Hc: 41,01 |

| 13/01 10/02 10/03                                  |
|----------------------------------------------------|
| LENTEJAS                                           |
| FILETE DE MERLUZA EMPANADA                         |
| ENSALADA MIXTA (tomate, lechuga, maiz y zanahoria) |
| FRUTA NATURAL                                      |
| Kcal.: 712,29 - P: 12,25 - L: 19,04 - Hc: 47,17    |

| 14/01 11/02 11/03                             |
|-----------------------------------------------|
| CREMA DE VERDURAS                             |
| MACARRONES INTEGRALES CON BOLOÑESA DE TERNERA |
| FRUTA NATURAL                                 |
| Kcal.: 482,99 - P: 11,9 - L: 18,42 - Hc: 46,7 |

| 15/01 12/02 12/03                               |
|-------------------------------------------------|
| RANCHO CANARIO                                  |
| SALMON EN SALSA DE ENELDO                       |
| ENSALADA VARIADA                                |
| FRUTA NATURAL                                   |
| Kcal.: 763,24 - P: 11,02 - L: 20,35 - Hc: 48,59 |

| 16/01 13/02 13/03                               |
|-------------------------------------------------|
| CREMA DE PUERRO                                 |
| ARROZ CON POLLO Y GUISANTES                     |
| YOGUR NATURAL                                   |
| Kcal.: 621,04 - P: 12,32 - L: 21,66 - Hc: 43,66 |

| 19/01 16/02 16/03                               |
|-------------------------------------------------|
| SOPA DE FIDEOS                                  |
| POLLO DESHUESADO AL HORNO EN SU JUGO            |
| PAPAS AL AJILLO                                 |
| FRUTA NATURAL                                   |
| Kcal.: 492,36 - P: 10,19 - L: 18,93 - Hc: 45,82 |

| 20/01 17/02 17/03                              |
|------------------------------------------------|
| POTAJE DE HABICHUELAS                          |
| MERLUZA EN SALSA VERDE AL HORNO                |
| ENSALADA MEDITERRÁNEA                          |
| FRUTA NATURAL                                  |
| Kcal.: 568,41 - P: 12,34 - L: 19,7 - Hc: 44,54 |

| 21/01 18/02 18/03                              |
|------------------------------------------------|
| CREMA DE CALABAZA Y CALABACIN                  |
| ALBÓNDIGAS MIXTAS EN SALSA                     |
| ARROZ BLANCO                                   |
| FRUTA NATURAL                                  |
| Kcal.: 346,21 - P: 12,3 - L: 18,21 - Hc: 46,34 |

| 22/01 19/02 19/03                               |
|-------------------------------------------------|
| POTAJE DE LENDEJAS                              |
| TORTILLA ESPAÑOLA AL HORNO                      |
| TOMATES ALIÑADOS                                |
| FRUTA NATURAL                                   |
| Kcal.: 703,12 - P: 10,81 - L: 20,98 - Hc: 44,79 |

| 23/01 20/02 20/03                               |
|-------------------------------------------------|
| CREMA DE ZANAHORIAS                             |
| ESPIRALES CON TOMATE Y ATÚN (N)                 |
| YOGUR NATURAL                                   |
| Kcal.: 603,96 - P: 11,62 - L: 19,01 - Hc: 45,88 |

| 26/01 23/02 23/03                              |
|------------------------------------------------|
| CREMA DE BUBANGOS                              |
| CAZUELA DE CERDO CON CHAMPIÑONES               |
| FRUTA NATURAL                                  |
| Kcal.: 600,06 - P: 11,97 - L: 20,38 - Hc: 49,6 |

| 27/01 24/02 24/03                               |
|-------------------------------------------------|
| SOPA DE FIDEOS                                  |
| MERLUZA EN SALSA VERDE AL HORNO                 |
| PAPAS GUIADAS                                   |
| FRUTA NATURAL                                   |
| Kcal.: 492,57 - P: 12,94 - L: 20,38 - Hc: 42,97 |

| 28/01 25/02 25/03                              |
|------------------------------------------------|
| CREMA DE VERDURAS                              |
| ARROZ A LA CUBANA (huevo y salchichas de pavo) |
| FRUTA NATURAL                                  |
| Kcal.: 482,99 - P: 12,9 - L: 20,42 - Hc: 46,7  |

| 29/01 26/02 26/03                              |
|------------------------------------------------|
| POTAJE DE JUDIAS PINTAS                        |
| SOLOMILLO POLLO EMPANADO CON AJO Y PEREJIL     |
| ENSALADA MEDITERRÁNEA                          |
| FRUTA NATURAL                                  |
| Kcal.: 669,2 - P: 11,23 - L: 20,67 - Hc: 49,29 |

| 30/01 27/02 27/03                               |
|-------------------------------------------------|
| CREMA DE PUERRO                                 |
| PIZZA DE LA CASA DE JAMON Y QUESO               |
| YOGUR NATURAL                                   |
| Kcal.: 621,04 - P: 12,32 - L: 19,66 - Hc: 43,66 |

- Todos los menús incluyen agua - BARRA DE 30 GRS

aprende  
acomer  
sano.org



FISH  
REVOLUTION

