

COMEDORES ESCOLARES Curso 2026/27

	LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES
A	- RANCHO CANARIO TRADICIONAL (GLUTEN, HUEVO, SOJA, MOSTAZA, APIO, SÉSAMO) - ARVEJAS COMPUSTAS CON PAPAS A CUADRO (APIO, SÉSAMO, MOSTAZA) - HUEVO DURO (HUEVO) - YOGUR NATURAL (LACTOSA, HUEVO, SOJA, FRUTOS DE CÁSCARA), PAN INTEGRAL (GLUTEN, SÉSAMO) - AGUA MINERAL E 584 P 14 L 16 H 93 Ternera Asada con verduras salteadas	- CREMA DE CALABAZA - LOMITOS DE MERLUZA AL HORNO EN SALSA DE PUERRO (PESCADO, CRUSTÁCEOS, MOLUSCOS) - ENSALADA DE TOMATE, LECHUGA, MELOCOTÓN Y ACEITUNAS - FRUTA NATURAL, PAN INTEGRAL (GLUTEN, SÉSAMO) - AGUA MINERAL E 338 P 12 L 10 H 50 Revuelto de espinacas y gambas	- PURÉ DE BERROS CON JUDÍAS - EMINCE DE POLLO EN SALSA AGRIDULCE (APIO, SÉSAMO, MOSTAZA, SOJA) - ENSALADA DE COL LOMBARDA CON PEPINO Y TOMATE - FRUTA NATURAL, PAN INTEGRAL (GLUTEN, SÉSAMO) - AGUA MINERAL E 392 P 15 L 12 H 56 Tacos de pavo con champiñones salteados	- SOPA MARINERA CON PESCADO Y ARROZ INTEGRAL (PESCADO, CRUSTÁCEOS, MOLUSCOS, APIO, SÉSAMO, MOSTAZA) - TORTILLA DE PAPAS CON CEBOLLA AL HORNO (HUEVO) - ENSALADA DE LECHUGA, ZANAHORIA, REMOLACHA Y MAÍZ DULCE - FRUTA NATURAL, PAN INTEGRAL (GLUTEN, SÉSAMO) - AGUA MINERAL E 576 P 19 L 20 H 80 Ensalada de garbanzos y melva	- PURÉ DE VERDURAS - MACARRONES INTEGRALES AL POMODORO CON ATÚN (GLUTEN, HUEVO, SOJA, MOSTAZA, PESCADO) - FRUTA NATURAL, PAN INTEGRAL (GLUTEN, SÉSAMO) - AGUA MINERAL E 488 P 11 L 16 H 75 Sopa juliana y pechuga de pollo
B	- CREMA DE VERDURAS - ALBÓNDIGAS DE POLLO AL HORNO EN SALSA MOSTAZA (GLUTEN, SOJA, SULFITOS, MOSTAZA) - ENSALADA DE TOMATE, QUESO Y ACEITUNA NEGRA (LACTOSA) - FRUTA NATURAL, PAN INTEGRAL (GLUTEN, SÉSAMO) - AGUA MINERAL E 500 P 18 L 12 H 80 Calabacines rellenos de verdura	- SOPA DE POLLO CON ESTRELLITAS (GLUTEN, HUEVO, SOJA, MOSTAZA) - CAZUELA DE MERLUZA CON PAPAS (PESCADO, CRUSTÁCEOS, MOLUSCOS, APIO, SÉSAMO, MOSTAZA) - LECHUGA, ZANAHORIA, TOMATE, MAÍZ - FRUTA NATURAL, PAN INTEGRAL (GLUTEN, SÉSAMO) - AGUA MINERAL E 504 P 16 L 12 H 83 Tortilla española	- LENTEJAS COMPUSTAS (GLUTEN, SÉSAMO, APIO, MOSTAZA) - ARROZ BLANCO - HUEVO DURO (HUEVO) - YOGUR NATURAL (LACTOSA, HUEVO, SOJA, FRUTOS DE CÁSCARA), PAN INTEGRAL (GLUTEN, SÉSAMO) - AGUA MINERAL E 403 P 16 L 11 H 60 Ensalada verde y pavo	- PURÉ DE ZANAHORIA - MACARRONES INTEGRALES A LA NAPOLITANA CON ALABAHACA Y BOLONESA CERDO (GLUTEN, HUEVO, SOJA, MOSTAZA) - FRUTA NATURAL, PAN INTEGRAL (GLUTEN, SÉSAMO) - AGUA MINERAL E 502 P 10 L 18 H 75 Merluza al limón	- CREMA DE BUBANGOS - MUSLOS DE POLLO AL HORNO EN SALMOREJO (APIO, SÉSAMO, MOSTAZA) - ENSALADA PARAGUAYA - FRUTA NATURAL, PAN INTEGRAL (GLUTEN, SÉSAMO) - AGUA MINERAL E 368 P 15 L 12 H 50 Estofado de Ternera
C	- SOPA DE TERNERA CON ESTRELLITAS Y HORTELANA (GLUTEN, HUEVO, SOJA, MOSTAZA, APIO, SÉSAMO) - SALPICÓN DE ATÚN CON PIMIENTOS (PESCADO) - PAPAS GUIADAS - FRUTA NATURAL, PAN INTEGRAL (GLUTEN, SÉSAMO) - AGUA MINERAL E 492 P 14 L 13 H 80 Filete de Ternera a la plancha con Judías Verdes	- PURÉ DE ESPINACA CON GARBANZOS - ESCALOPE DE POLLO EMPANADO (GLUTEN, SOJA, SULFITOS) - ENSALADA DE LECHUGA, TOMATE CHERRY, REMOLACHA, ACEITUNA NEGRA - FRUTA NATURAL, PAN INTEGRAL (GLUTEN, SÉSAMO) - AGUA MINERAL E 405 P 18 L 14 H 50 Pastel vegetal	- SOPA DE MERLUZA CON ARROZ (PESCADO, CRUSTÁCEOS, MOLUSCOS, APIO, SÉSAMO, MOSTAZA) - TORTILLA DE PAPAS CON CEBOLLA AL HORNO (HUEVO) - ENSALADA DE TOMATE, ZANAHORIA RALLADA Y COL LOMBARDA - FRUTA NATURAL, PAN INTEGRAL (GLUTEN, SÉSAMO) - AGUA MINERAL E 580 P 19 L 20 H 81 Lomo de merluza encebollado con papitas al horno	- PURÉ DE COL Y PUERROS - ROPA VIEJA TRADICIONAL DE POLLO (MOSTAZA, SÉSAMO, APIO) - FRUTA NATURAL, PAN INTEGRAL (GLUTEN, SÉSAMO) - AGUA MINERAL E 403 P 14 L 11 H 62 Tortilla francesa con verduritas	- CREMA DE ZANAHORIA - ARROZ AMARILLO CON DORADO Y VERDURAS (SÉSAMO, PESCADO, APIO, MOSTAZA) - RODAJA DE LIMÓN - YOGUR NATURAL (LACTOSA, HUEVO, SOJA, FRUTOS DE CÁSCARA), PAN INTEGRAL (GLUTEN, SÉSAMO) - AGUA MINERAL E 330 P 14 L 8 H 50 Filete de Pollo con pisto de verduras
D	- CREMA DE BUBANGO - JUDÍAS COMPUSTAS (MOSTAZA, SÉSAMO, APIO) - ARROZ INTEGRAL - HUEVO DURO (HUEVO) - FRUTA NATURAL, PAN INTEGRAL (GLUTEN, SÉSAMO) - AGUA MINERAL E 420 P 16 L 12 H 62 Pollo al horno con pimientos	- SOPA DE POLLO CON ESTRELLITAS Y HORTELANA (GLUTEN, HUEVO, SOJA, MOSTAZA, APIO) - CINTA DE LOMO DE CERDO AL HORNO EN SALSA MANZANA - ENSALADA DE LECHUGA, TOMATE, BROTES DE SOJA Y ZANAHORIA (SOJA) - FRUTA NATURAL, PAN INTEGRAL (GLUTEN, SÉSAMO) - AGUA MINERAL E 370 P 15 L 12 H 50 Tímbal de verduras	- PURÉ DE LENTEJAS (GLUTEN) - LOMITOS DE MERLUZA ENCEBOLLADOS (PESCADO, CRUSTÁCEOS, MOLUSCOS, MOSTAZA, APIO, SÉSAMO) - ENSALADA DE COL, MAÍZ, TOMATE Y PEPINO - FRUTA NATURAL, PAN INTEGRAL (GLUTEN, SÉSAMO) - AGUA MINERAL E 378 P 14 L 12 H 53 Revuelto de Champiñones con huevo	- SOPA MARINERA DE MERLUZA Y ARROZ (PESCADO, CRUSTÁCEOS, MOLUSCOS, APIO, SÉSAMO, MOSTAZA) - ESTOFADO DE POLLO CON PAPAS Y PIMIENTOS (MOSTAZA, APIO, SÉSAMO) - YOGUR NATURAL (LACTOSA, HUEVO, SOJA, FRUTOS DE CÁSCARA), PAN INTEGRAL (GLUTEN, SÉSAMO) - AGUA MINERAL E 445 P 16 L 13 H 65 Ternera con verduritas	- CREMA DE CALABAZA Y ZANAHORIA - FIDEUÁ DE FOGONERO Y VERDURAS (PESCADO, GLUTEN, HUEVO, SOJA, MOSTAZA, APIO, SÉSAMO) - LECHUGA CON ZANAHORIA, REMOLACHA, TOMATE Y ACEITUNAS VERDES - FRUTA NATURAL, PAN INTEGRAL (GLUTEN, SÉSAMO) - AGUA MINERAL E 370 P 15 L 10 H 55 Tortilla francesa de jamón
E	- PURÉ DE ESPINACAS CON JUDÍAS - ARROZ AMARILLO CON POLLO (APIO, SÉSAMO, MOSTAZA) - ENSALADA DE TOMATE, QUESO Y ACEITUNA NEGRA - FRUTA NATURAL, PAN INTEGRAL (GLUTEN, SÉSAMO) - AGUA MINERAL E 410 P 17 L 12 H 56 Hamburguesas caseras de merluza a la plancha y ensala	- SOPA MINISTRNE CON FIDEOS (GLUTEN, HUEVO, SOJA, MOSTAZA, APIO) - TACO DE ATÚN AL HORNO EN MOJO VERDE (PESCADO) - ENSALADA DE COL, ZANAHORIA, TOMATE Y MAÍZ - FRUTA NATURAL, PAN INTEGRAL (GLUTEN, SÉSAMO) - AGUA MINERAL E 381 P 16 L 13 H 50 Pizza de Jamon y Queso	- CREMA DE BUBANGO - GARBANZAS COMPUSTAS (MOSTAZA, APIO, SÉSAMO) - ARROZ BLANCO - HUEVO DURO (HUEVO) - YOGUR NATURAL (LACTOSA, HUEVO, SOJA, FRUTOS DE CÁSCARA), PAN INTEGRAL (GLUTEN, SÉSAMO) - AGUA MINERAL E 412 P 16 L 12 H 60 Tortilla francesa con jamón y tomates cherrys	- SOPA DE MERLUZA CON ARROZ (PESCADO, CRUSTÁCEOS, MOLUSCOS, APIO, SÉSAMO, MOSTAZA) - MUSLOS DE POLLO AL HORNO A LA NARANJA - ENSALADA PARAGUAYA CON MELOCOTÓN - FRUTA NATURAL, PAN INTEGRAL (GLUTEN, SÉSAMO) - AGUA MINERAL E 434 P 17 L 14 H 60 Ternera en Salsa con Zanahoria	- PURÉ DE COL Y PUERRO - ESTOFADO DE TERNERA CON PIMIENTOS (APIO, SÉSAMO, MOSTAZA) - FRUTA NATURAL, PAN INTEGRAL (GLUTEN, SÉSAMO) - AGUA MINERAL E 370 P 15 L 10 H 55 Revuelto de champiñones

L M X J V S D

SEPTIEMBRE 2026						
A	1	2	3	4	5	6
B	7	8	9	10	11	12
C	14	15	16	17	18	19
D	21	22	23	24	25	26
E	28	29	30			

OCTUBRE 2026						
E		1	2	3	4	
A	5	6	7	8	9	10
B	12	13	14	15	16	17
C	19	20	21	22	23	24
D	26	27	28	29	30	31

NOVIEMBRE 2026						
D						1
A	2	3	4	5	6	7
B	9	10	11	12	13	14
C	16	17	18	19	20	21
D	23	24	25	26	27	28
E	30					

Valores
Nutricionales:

E
ENERGÍA Kcal

P
PROTEÍNAS gr.

L
LÍPIDOS gr.

H
HIDRATOS DE CARBONO
gr.

Recomendación
para la CENA.

★ En cumplimiento del Reglamento (UE) nº 1169/2011 del Parlamento Europeo y del Consejo, de 25 de Octubre de 2011, sobre la información alimentaria facilitada al consumidor, puede consultar la información sobre el contenido en alérgenos así como la valoración nutricional a través de su centro educativo.

★ En cumplimiento con el Reglamento 315/2025 de 15 de Abril de 2026 por el que se establecen normas de desarrollo de la Ley 17/2011 de 5 de Julio, de Seguridad Alimentaria y Nutrición, para el fomento de una alimentación saludable y sostenible en centros educativos.

★ Los Valores Nutricionales están realizados por Dietistas de ALBIE, S.A.:
- María González, Diplomada en Nutrición Humana y Dietética. Col CYL 00038
- Lucía Fernández - Trujillo Morales Licenciada en Nutrición Humana y Dietética Col IC 00093

* AOV (Aceite de Oliva Virgen)
* ESTE MENU PUEDE SUFRIR CAMBIOS DEBIDO A LAS CIRCUNSTANCIAS DEL MERCADO