

# MENÚ ESCOLAR 2024-25

	DIA 1							DIA 2							DIA 3							DIA 4							DIA 5						
	LUNES							MARTES							MIÉRCOLES							JUEVES							VIERNES						
1	Macarrones con tomate frito  Tilapia horno salsa verde Ensalada Variada (lechuga,tomate,cebolla,maiz) Pan Integral y Fruta							Sopa de puchero con garbanzos y arroz Croquetas jamón horno  Menestra de verduras saltada (zanahorias,judias,guisantes,coliflor) Pan Blanco y Fruta							Arroz tres delicias (guisantes,zanahorias,maiz, pavo) Tortilla francesa horno Ensalada del Tiempo (lechuga,tomate,cebolla, col lombarda) Pan Blanco y Fruta							Crema de calabaza con picatostes Lomo cerdo al horno Patatas fritas Pan Blanco y Fruta							Lentejas riojanas con chorizo Ensalada con atún ( tomate,lechuga) Pan Blanco y Yogur sabores						
	E	P	L	AGS	SAL	AZ	HC	E	P	L	AGS	SAL	AZ	HC	E	P	L	AGS	SAL	AZ	HC	E	P	L	AGS	SAL	AZ	HC	E	P	L	AGS	SAL	AZ	HC
	612	15,47	30,63	3,01	2,82	7,48	53,91	612	10,26	29,52	2,51	1,28	6,32	60,22	609	10,33	30,68	4,05	1,89	9,94	58,99	611	10,33	31,96	3,44	2,73	6,27	53,51	642	14,29	34,84	3,74	1,47	26,62	50,87
CENA: PATATA + HUEVO + FRUTA							CENA: ENSALADA + PESCADO + YOGUR							CENA: VERDURA + CARNE + FRUTA							CENA: ENSALADA + HUEVO + YOGUR							CENA: ARROZ + CARNE+ FRUTA							
	DIA 6							DIA 7							DIA 8							DIA 9							DIA 10						
2	Alubias estofadas Nugget pollo horno  Judias verdes salteadas Pan Integral y Fruta							Espaguetis a la napolitana (tomate,orégano) Bacalao horno a las finas hierbas Ensalada Variada (lechuga,tomate,cebolla,maiz) Pan Blanco y Macedonia							Lentejas estofadas con arroz Revuelto de verduras con huevo Pan Blanco y Gelatina							Crema de zanahorias Abondigas pollo-ternera horno en salsa pepitoria ( cebolla,ajo) Arroz salteado al ajillo Pan Blanco y Fruta							Cazuela de fideos con cazón Tortilla patata y cebolla horno Ensalada de tomate, lechuga y aceitunas Pan Blanco y Yogur sabores						
	E	P	L	AGS	SAL	AZ	HC	E	P	L	AGS	SAL	AZ	HC	E	P	L	AGS	SAL	AZ	HC	E	P	L	AGS	SAL	AZ	HC	E	P	L	AGS	SAL	AZ	HC
	638	17,49	24,00	3,49	1,59	6,54	58,51	614	15,76	28,13	2,65	3,84	6,54	56,10	618	14,84	33,32	4,28	1,46	23,40	51,83	643	12,48	29,74	2,25	2,08	11,37	57,79	619	14,42	32,46	2,93	3,05	24,37	53,12
CENA: ENSALADA + PESCADO + FRUTA							CENA: VERDURA + CARNE + YOGUR							CENA: VERDURA + PESCADO+ FRUTA							CENA: ENSALADA+ HUEVO+ YOGUR							CENA: VERDURA + CARNE + FRUTA							
	DIA 11							DIA 12							DIA 13							DIA 14							DIA 15						
3	Macarrones con tomate frito  Lomo cerdo horno Ensalada Variada (lechuga,tomate,cebolla,maiz) Pan Integral y Fruta							Arroz caldoso Tilapia horno Menestra de verduras saltada (zanahorias,judias,guisantes,coliflor) Pan Blanco y Fruta							Sopa de puchero con garbanzos y verduras Tortilla atún horno Tomate aliñado Pan Blanco y Fruta							Crema de calabacin Hamburguesa pollo Patatas horno Pan Blanco y Fruta							Alubias estofadas Capricho calamar  Ensalada del Tiempo (lechuga,tomate,cebolla, col lombarda) Pan Blanco y Yogur sabores						
	E	P	L	AGS	SAL	AZ	HC	E	P	L	AGS	SAL	AZ	HC	E	P	L	AGS	SAL	AZ	HC	E	P	L	AGS	SAL	AZ	HC	E	P	L	AGS	SAL	AZ	HC
	621	14,44	30,19	3,19	2,80	7,91	55,37	594	15,41	29,17	2,88	1,65	8,46	55,42	632	14,12	34,63	4,44	1,64	6,86	51,25	613	12,05	29,36	3,64	2,67	5,55	58,60	612	15,61	31,04	3,75	3,85	25,57	54,68
CENA: VERDURA + PESCADO + FRUTA							CENA: ENSALADA + CARNE + YOGUR							CENA: PATATA+ CARNE+ FRUTA							CENA: ENSALADA + HUEVO+ YOGUR							CENA: VERDURA + CARNE + FRUTA							
	DIA 16							DIA 17							DIA 18							DIA 19							DIA 20						
4	Ensalada Mediterranea (lechuga,tomate,cebolla,col lombarda,aceituna,Queso fresco) Arroz con tomate y salchichas ave cocidas Pan Integral y Fruta							Lentejas campesinas Muslitos de pollo horno Patatas fritas Pan Blanco y Macedonia							Crema de calabaza con picatostes Merluza al horno con tomate Arroz salteado al ajillo Pan Blanco y Petit							Sopa de picadillo (garbanzos,fideos) Tortilla de patata horno Ensalada Variada (lechuga,tomate,cebolla,maiz) Pan Blanco y Fruta							Cazuela de patatas con magro cerdo Figuritas de pescado horno  Zanahorias salteadas Pan Blanco y Yogur sabores						
	E	P	L	AGS	SAL	AZ	HC	E	P	L	AGS	SAL	AZ	HC	E	P	L	AGS	SAL	AZ	HC	E	P	L	AGS	SAL	AZ	HC	E	P	L	AGS	SAL	AZ	HC
	645	12,24	33,53	5,88	2,05	9,94	54,23	610	15,22	30,81	3,52	1,86	5,77	53,97	614	11,61	30,26	2,99	2,10	5,85	58,13	614	11,03	30,32	3,14	#DIV/0!	8,88	58,65	631	16,27	25,21	2,79	2,21	7,56	58,52
CENA: VERDURA + CARNE+ FRUTA							CENA: PASTA + PESCADO + YOGUR							CENA: ENSALADA+ HUEVO+ FRUTA							CENA: VERDURA + CARNE + YOGUR							CENA: VERDURA + HUEVO + FRUTA							