

## LUNES 3

Macarrones a la Española 🍴🍷  
Coliflor a la Vinagreta 🍷  
Merluza a la Riojana 🐟  
Hamburguesa a la Plancha ⚠️  
Ens de Lechuga y Zanah 🍴  
Fruta Temporada. Pan y Agua 🍴  
815 Kcal. 39,42 g Prot. 87,17g H.C. 32,22 g Lip.  
**SUGERENCIA DE CENA:**  
Verdura y Pollo

## MARTES 4

Arroz Tres Delicias 🍴  
Ensaladilla Rusa 🍴🐟🍷  
Tortilla de Jamón 🍴  
Magro Estofado 🍴  
Ensalada Mixta 🍴  
P. Lácteo, Pan y Agua 🍴🍷  
851 Kcal. 47,46g Prot. 62,97g H.C. 41,2g Lip.  
**SUGERENCIA DE CENA:**  
Verdura y Pescado

## MIÉRCOLES 5

Judías Blancas Estofadas 🍴  
Pisto 🍴  
Pollo a la Pizzaiola 🍴  
Abadejo a la Vizcaína 🐟  
Verduritas Dado 🍴  
Fruta Temporada, Pan y Agua 🍴  
902 Kcal. 41,4g Prot. 107,25g H.C. 32g Lip.  
**SUGERENCIA DE CENA:**  
Verdura y Huevo

## JUEVES 6

Crema de Calabaza 🍴  
Salmorejo 🍴🍷  
Empanadillas de Atún 🍴🍷🐟⚠️  
Roti de Pavo 🍴  
Patatas Panadera 🍴  
P. Lácteo o Fruta, Pan y Agua 🍴🍷  
790 Kcal. 17,11g Prot. 86,12g H.C. 39,13g Lip.  
**SUGERENCIA DE CENA:**  
Sopa y Lomo

## VIERNES 7

Sopa de Fideos 🍴🍷  
Menestra de Verduras 🍴  
Albóndigas a la Cazuela ⚠️  
Soldaditos de Pavía 🐟🍴🍷  
Duo de Verduras 🍴  
Fruta Temporada, Pan y Agua 🍴  
828 Kcal. 25,61g Prot. 87,49g H.C. 35,97g Lip.  
**SUGERENCIA DE CENA:**  
Verdura y Pescado

## LUNES 10

Lentejas Estofadas 🍴  
Espinacas a la Crema 🍴  
Tortilla de Patata 🍴  
Bacalao en Salsa Blanca 🐟🍴  
Ens de Lechuga y Tomate 🍴  
Fruta Temporada. Pan y Agua 🍴  
927 Kcal. 36,36g Prot. 89g H.C. 42,67g Lip.  
**SUGERENCIA DE CENA:**  
Verdura y Pescado

## MARTES 11

Canelones al Horno 🍴🍷⚠️  
Parrillada de Verduras 🍴  
Abadejo al Ajo 🐟  
Filete Ruso ⚠️  
Ens de Lechuga y Zanah 🍴  
P. Lácteo, Pan y Agua 🍴🍷  
664 Kcal. 39,32g Prot. 47,96g H.C. 33,86g Lip.  
**SUGERENCIA DE CENA:**  
Verdura y Pollo

## MIÉRCOLES 12

Crema Hortelana 🍴  
Judías Verdes con Bacon ⚠️  
Escalopines en Salsa 🍴  
Platija a la Espalda 🐟  
Patatas Fritas 🍴  
Fruta Temporada, Pan y Agua 🍴  
736 Kcal. 29,39g Prot. 68,07g H.C. 36,28g Lip.  
**SUGERENCIA DE CENA:**  
Sopa y Pescado

## JUEVES 13

Paella Valenciana 🍴  
Brócoli Rehogado 🍴  
Merluza a la Romana 🐟🍴🍷  
Huevos Revueltos 🍴  
Ensalada Mixta 🍴  
P. Lácteo o Fruta, Pan y Agua 🍴🍷  
952 Kcal. 39,34g Prot. 98,07g H.C. 43,36g Lip.  
**SUGERENCIA DE CENA:**  
Verdura y Ternera

## VIERNES 14

Guisantes con Cebolla 🍴  
Gazpacho 🍴  
Ragout de Pollo 🍴  
Bienmesabe 🐟🍴🍷  
Jardinera 🍴  
Fruta Temporada, Pan y Agua 🍴  
719 Kcal. 34,6g Prot. 69,04g H.C. 29,2g Lip.  
**SUGERENCIA DE CENA:**  
Verdura y Huevo

## LUNES 17

Arroz con Tomate 🍴  
Verduras a la Provenzal 🍴  
Bacalao Rebozado 🐟🍴🍷  
Chuleta de Cerdo 🍴  
Ensalada Mixta 🍴  
Fruta Temporada. Pan y Agua 🍴  
834 Kcal. 31,86g Prot. 100,36g H.C. 32,09g Lip.  
**SUGERENCIA DE CENA:**  
Verdura y Pavo

## MARTES 18

Sopa de Estrellas 🍴  
Crema Dubarry 🍴  
Cinta de Lomo a la Plancha 🍴  
Calamares en su Tinta 🍴  
Ens de Lechuga y Cebolla 🍴  
P. Lácteo, Pan y Agua 🍴🍷  
671 Kcal. 36,21g Prot. 55,84g H.C. 31,94g Lip.  
**SUGERENCIA DE CENA:**  
Verdura y Pescado

## MIÉRCOLES 19

Garbanzos Castellanos 🍴  
Acelgas Cacereñas 🍴  
Tortilla de Queso 🍴🍷  
Merluza en Salsa Verde 🐟  
Verduritas Dado 🍴  
Fruta Temporada, Pan y Agua 🍴  
999 Kcal. 34,34g Prot. 96,58g H.C. 49,94g Lip.  
**SUGERENCIA DE CENA:**  
Verdura y Ternera

## JUEVES 20

Crema de Zanahorias 🍴  
Salmorejo 🍴🍷  
Pollo Asado 🍴  
Atún Encebollado 🐟  
Patatas Fritas 🍴  
P. Lácteo o Fruta, Pan y Agua 🍴🍷  
670,71 Kcal. 26,46g Prot. 57,47g H.C. 35,76g Lip.  
**SUGERENCIA DE CENA:**  
Sopa y Pescado

## VIERNES 21

COMIDA ESPECIAL  
DE FIN DE CURSO

## LUNES 24

VACACIONES DE  
VERANO

## MARTES 25

VACACIONES DE  
VERANO

## MIÉRCOLES 26

VACACIONES DE  
VERANO

## JUEVES 27

VACACIONES DE  
VERANO

## VIERNES 28

VACACIONES DE  
VERANO

- LEYENDA**
- 🍴 - cacahuete
  - 🍷 - altramuzes
  - 🍴🍷 - gluten
  - 🍷 - mostaza
  - 🐟 - frutos de cáscara
  - 🐟 - pescado
  - 🍴🍷 - apio
  - 🍴🍷 - crustáceos
  - 🍴🍷 - huevo
  - 🍴🍷 - soja
  - 🍴🍷 - sésamo
  - 🍴🍷 - leche
  - 🍴🍷 - moluscos
  - 🍴🍷 - sulfitos
  - ⚠️ - puede contener trazas de varios alérgenos

# Primaria y Secundaria

## LUNES 3

Macarrones a la Española 🍴🍷  
Merluza a la Riojana 🐟🍷  
Ens de Lechuga y Zanah 🍷  
Fruta Temporada. Pan y Agua 🍷  
652 Kcal. 31,54g Prot. 69,74g H.C. 25,78g Lip.

SUGERENCIA DE CENA:  
Verdura y Pollo

## MARTES 4

Arroz Tres Delicias 🍴  
Tortilla de Jamón 🍷  
Ensalada Mixta 🍷  
P. Lácteo, Pan y Agua 🍷  
681 Kcal. 37,96g Prot. 50,38g H.C. 32,96g Lip.

SUGERENCIA DE CENA:  
Verdura y Pescado

## MIÉRCOLES 5

Judías Blancas Estofadas 🍴  
Pollo a la Pizzaiola 🍷  
Verduritas Dado 🍷  
Fruta Temporada, Pan y Agua 🍷  
722 Kcal. 33,13g Prot. 85,8g H.C. 25,61g Lip.

SUGERENCIA DE CENA:  
Verdura y Huevo

## JUEVES 6

Crema de Calabaza 🍴  
Lomo a la Plancha 🍷  
Patatas Panadera 🍷  
P. Lácteo o Fruta, Pan y Agua 🍷  
632 Kcal. 13,69g Prot. 68,9g H.C. 31,31g Lip.

SUGERENCIA DE CENA:  
Sopa y Lomo

## VIERNES 7

Sopa de Fideos 🍴🍷  
Albóndigas a la Cazuela ⚠️  
Duo de Verduras 🍷  
Fruta Temporada, Pan y Agua 🍷  
663 Kcal. 20,5g Prot. 70g H.C. 28,78g Lip.

SUGERENCIA DE CENA:  
Verdura y Pescado

## LUNES 10

Lentejas Estofadas 🍴  
Tortilla de Patata 🍷  
Ens de Lechuga y Tomate 🍷  
Fruta Temporada. Pan y Agua 🍷  
742 Kcal. 29,1g Prot. 71,2g H.C. 34,13g Lip.

SUGERENCIA DE CENA:  
Verdura y Pescado

## MARTES 11

Canelones al Horno 🍴🍷⚠️  
Abadejo al Ajo 🐟🍷  
Ens de Lechuga y Zanah 🍷  
P. Lácteo, Pan y Agua 🍷  
531 Kcal. 31,46g Prot. 38,38g H.C. 27,09g Lip.

SUGERENCIA DE CENA:  
Verdura y Pollo

## MIÉRCOLES 12

Crema Hortelana 🍴  
Escalopines en Salsa 🍷  
Patatas Fritas 🍷  
Fruta Temporada, Pan y Agua 🍷  
588 Kcal. 23,52g Prot. 54,46g H.C. 29g Lip.

SUGERENCIA DE CENA:  
Sopa y Pescado

## JUEVES 13

Paella Valenciana 🍴  
Merluza a la Romana 🐟🍷  
Ensalada Mixta 🍷  
P. Lácteo o Fruta, Pan y Agua 🍷  
761 Kcal. 31,46g Prot. 78,47g H.C. 34,68g Lip.

SUGERENCIA DE CENA:  
Verdura y Ternera

## VIERNES 14

Guisantes con Cebolla 🍴  
Ragout de Pollo 🍷  
Jardinera 🍷  
Fruta Temporada, Pan y Agua 🍷  
575 Kcal. 30,09g Prot. 55,23g H.C. 23,35g Lip.

SUGERENCIA DE CENA:  
Verdura y Huevo

## LUNES 17

Arroz con Tomate 🍴  
Bacalao Rebozado 🐟🍷  
Ensalada Mixta 🍷  
Fruta Temporada. Pan y Agua 🍷  
667 Kcal. 25,49g Prot. 80,29g H.C. 25,67g Lip.

SUGERENCIA DE CENA:  
Verdura y Pavo

## MARTES 18

Sopa de Estrellas 🍴  
Cinta de Lomo a la Plancha 🍷  
Ens de Lechuga y Cebolla 🍷  
P. Lácteo, Pan y Agua 🍷  
537 Kcal. 28,97g Prot. 44,67g H.C. 25,55g Lip.

SUGERENCIA DE CENA:  
Verdura y Pescado

## MIÉRCOLES 19

Garbanzos Castellanos 🍴  
Tortilla de Queso 🍷  
Verduritas Dado 🍷  
Fruta Temporada, Pan y Agua 🍷  
799 Kcal. 27,48g Prot. 77,26g H.C. 39,95g Lip.

SUGERENCIA DE CENA:  
Verdura y Ternera

## JUEVES 20

Crema de Zanahorias 🍴  
Pollo Asado 🍷  
Patatas Fritas 🍷  
P. Lácteo o Fruta, Pan y Agua 🍷  
537 Kcal. 21,16g Prot. 45,98g H.C. 28,6g Lip.

SUGERENCIA DE CENA:  
Sopa y Pescado

## VIERNES 21

COMIDA ESPECIAL  
DE FIN DE CURSO

## LUNES 24

VACACIONES DE  
VERANO

## MARTES 25

VACACIONES DE  
VERANO

## MIÉRCOLES 26

VACACIONES DE  
VERANO

## JUEVES 27

VACACIONES DE  
VERANO

## VIERNES 28

VACACIONES DE  
VERANO

### LEYENDA

- 🍴 - cacahuete
- 🍷 - mostaza
- 🍷 - apio
- 🍷 - soja
- 🍷 - moluscos
- 🍷 - altramuces
- 🍷 - frutos de cáscara
- 🍷 - crustáceos
- 🍷 - sésamo
- 🍷 - sulfitos
- 🍷 - gluten
- 🐟 - pescado
- 🍷 - huevo
- 🍷 - leche
- ⚠️ - puede contener trazas de varios alérgenos

# Infantil