

MENÚ ESCOLAR 2.023/2.024

	1ª SEMANA Del 06/11 al 10/11	2ª SEMANA Del 13/11 al 17/11	3ª SEMANA Del 20/11 al 24/11	4ª SEMANA Del 27/11 al 01/12	5ª SEMANA Del 04/12 al 08/12	6ª SEMANA Del 11/12 al 15/12	7ª SEMANA Del 18/12 al 22/12	8ª SEMANA Del 08/01 al 12/01
LUNES	Arroz a la cubana con huevo cocido Kcal. 640 Salchichas de pavo con lechuga y maíz Fruta de temporada	Ensalada de espirales con tomate y atún Kcal: 608 Pavo a la plancha con lechuga y maíz Fruta de temporada	Ensalada mixta completa con huevo cocido y atún Paella de pollo con verduras Kcal: 574 Fruta de temporada	Ensalada de pasta con tomate, pavo y queso Kcal: 610 Hamburguesa de cerdo con menestra Fruta de temporada	Sopa de picadillo Tortilla de patatas con tomate en rodajas Kcal: 634 Fruta de temporada	Arroz a la cubana con salchichas de pavo y huevo cocido Fruta de temporada Kcal. 640	Crema de Calabaza Albóndigas de pollo en salsa de cebolla con guisantes salteados Fruta Kcal: 623	Sopa de estremitas Pollo al horno con patatas fritas Fruta de temporada Kcal: 576
MARTES	Patatas guisadas con verduras Nuggets de pollo con tomate troceado Fruta de temporada Kcal: 593	Puchero con verduras Tortilla de patatas y calabacín con tomate aliñado Kcal: 616 Fruta de temporada	Lentejas con verduras Kcal: 615 Gallo frito con zanahorias cocidas y rehogadas con ajo Fruta de temporada	Sopa de fideos Bacalao al horno con tomate y aceitunas Fruta de temporada Kcal: 597	Crema de calabacín Albóndigas con tomate y arroz Kcal: 573 Fruta de temporada	Crema de judías verdes, calabaza y zanahorias Rosada al horno con tomate y aceitunas Fruta de temporada	Potaje de alubias con chorizo Tortilla de patatas y lechuga con aceitunas Fruta de temporada Kcal: 557	Ensalada mixta completa Lasaña con verduras y carne Fruta de temporada Kcal: 581
MIÉRCOLES	Lentejas con arroz Tortilla de patatas con lechuga Kcal: 568 Fruta de temporada	Arroz tres delicias Bacalao al horno con lechuga y zanahoria Fruta de temporada Kcal: 611	Lacitos con tomate Pollo a la plancha con lechuga y aceitunas Fruta de temporada Kcal: 583	Crema de calabaza Contramuslo de pollo en salsa de cebolla con patatas fritas Fruta de temporada Kcal: 591	Día no Lectivo	Macarrones con tomate y orégano Kcal: 579 Filete empanado con menestra Fruta de temporada	Pasta con tomate queso y albahaca Pollo al curry con patatas al horno Fruta de temporada Kcal: 627	Lentejas con arroz Merluza al horno con lechuga y maíz Fruta de temporada Kcal: 620
JUEVES	Macarrones con tomate y orégano Kcal: 579 Gallo frito tomate y aceituna Fruta de temporada	Ensalada de tomate con queso fresco. Estofado de ternera con patatas Fruta de temporada Kcal: 552	Potaje de alubias con chorizo Merluza al limón con rodajas de tomate Fruta de temporada Kcal: 574	Lentejas con chorizo Huevos rellenos con atún y lechuga Fruta de temporada Kcal: 586	Espaguetis Bolognesa (Ternera) Empanadillas de atún con lechuga y aceitunas Yogur Kcal: 594	Cocido con verduras Tortilla de calabacín con lechuga y aceitunas Fruta de temporada Kcal: 585	Cazuela de fideos con pescado Huevos rellenos con atún y lechuga Kcal: 587 Fruta de temporada	Crema de zanahorias Tortilla de calabacín con tomate aliñado Fruta de temporada Kcal: 564
VIERNES	Crema de verduras Hamburguesa con ensalada Yogur Kcal: 493	Crema de zanahorias Croquetas de pollo con lechuga. Yogur Kcal: 583	Crema de puerros con manzana Tortilla de patatas con lechuga y maíz Yogur Kcal: 612	Arroz tres delicias Rosada frita con tomate y aceitunas Yogur Kcal: 632	Día no Lectivo	Eemblanco Hamburguesa mixta con lechuga y tomate Yogur Kcal: 567	Comida especial navidad	Puchero Arroz con magro con tomate Yogur Kcal: 594
V. NUTRIC.								

Durante esta temporada serviremos los siguientes frutos

