

**MONDAY 2**  
VACACIONES DE  
VERANO

**TUESDAY 3**  
VACACIONES DE  
VERANO

**WEDNESDAY 4**  
VACACIONES DE  
VERANO

**THURSDAY 5**  
Arroz con Tomate  
Gazpacho  
Hamburguesa a la Plancha ⚠️  
Abadejo en Salsa 🐟  
Ens de Lechuga y Maiz 🥗  
P. Lácteo o Fruta 🥛  
848 Kcal. 32,98g Prot. 82,59g H.C. 41,86g Lip.  
**SUGGESTED DINNER:**  
Verdura y Huevo

**FRIDAY 6**  
Crema de Verduras con Crouton 🍴  
Guisantes Rehogados  
Pollo a la Cazadora  
Atún a la Norteña 🐟  
Patatas Dado  
Fruta Variada  
750 Kcal. 29,37g Prot. 68,79g H.C. 37,41g Lip.  
**SUGGESTED DINNER:**  
Sopa y Pescado

**MONDAY 9**  
Paella Valenciana  
Trío de Verduras  
Merluza a la Meuniere 🐟🍴  
Filete Ruso ⚠️  
Verduritas Dado  
Fruta Variada  
852 Kcal. 36,86g Prot. 101,48g H.C. 30,73g Lip.  
**SUGGESTED DINNER:**  
Verdura y Lomo

**TUESDAY 10**  
Crema de Calabacín  
Pisto Manchego  
Cinta de Lomo a la Plancha  
Bienmesabe 🐟🍴  
Patatas Panadera  
P. Lácteo o Fruta 🥛  
749 Kcal. 33,9g Prot. 61,51g H.C. 38,6g Lip.  
**SUGGESTED DINNER:**  
Sopa y Pescado

**WEDNESDAY 11**  
Macarrones en Salsa Alfredo 🍴  
Lombarda con Manzana 🍴  
Tortilla de Jamón York 🍴  
Contramuslo de Pollo  
Zanahoria Baby  
Fruta Variada  
878 Kcal. 37,85g Prot. 37,3g H.C. 38,56g Lip.  
**SUGGESTED DINNER:**  
Verdura y Pavo

**THURSDAY 12**  
Sopa Maravilla 🍴  
Ensaladilla Rusa 🍴  
Bacalao Orly 🐟🍴  
Magro con Tomate 🍴  
Ens de Lechuga y Cebolla 🥗  
P. Lácteo o Fruta 🥛  
659 Kcal. 22,7g Prot. 58,99g H.C. 39,09g Lip.  
**SUGGESTED DINNER:**  
Verdura y Huevo

**FRIDAY 13**  
Garbanzos Salteados  
Coliflor a la Vinagreta 🍴  
Jamoncitos Asados  
Platija a la Plancha 🐟  
Ensalada Mixta 🥗  
Fruta Variada  
728 Kcal. 33,27g Prot. 67,92g H.C. 32,52g Lip.  
**SUGGESTED DINNER:**  
Verdura y Pescado

**MONDAY 16**  
Crema de Acelgas  
Judías Verdes a la Portuguesa  
Albóndigas en Salsa ⚠️  
Merluza en Salsa Verde 🐟  
Patatas Fritas  
Fruta Variada  
753 Kcal. 25,26g Prot. 76,79g H.C. 40,68g Lip.  
**SUGGESTED DINNER:**  
Verdura y Pescado

**TUESDAY 17**  
Arroz al Horno  
Salteado Campesino  
Huevos Revueltos con Bonito 🍴  
Pavo a la Provenzal  
Ens de Lechuga y Tomate 🥗  
P. Lácteo o Fruta 🥛  
877 Kcal. 38,92g Prot. 81,2g H.C. 54,04g Lip.  
**SUGGESTED DINNER:**  
Verdura y Ternera

**WEDNESDAY 18**  
Judías Blancas Estofadas  
Brócoli con Bacon ⚠️  
Pollo al Chilindrón  
Abadejo Encebollado 🐟  
Verduritas  
Fruta Variada  
879 Kcal. 46,44g Prot. 80,58g H.C. 35,98g Lip.  
**SUGGESTED DINNER:**  
Verdura y Pescado

**THURSDAY 19**  
Crema de Puerros  
Ensalada Nicoise 🍴  
Palometa Enharinada 🐟🍴  
Tortilla Paisana 🍴  
Arroz Salteado  
P. Lácteo o Fruta 🥛  
635 Kcal. 36,92g Prot. 60,62g H.C. 25,92g Lip.  
**SUGGESTED DINNER:**  
Sopa y Pollo

**FRIDAY 20**  
Espirales con Pollo a la Parrilla 🍴  
Alcachofas con Jamón  
Lomo en Salsa de Pimientos  
Bacalao al Ali-Oli 🐟🍴  
Ensalada Verde 🥗  
Fruta Variada  
759 Kcal. 37,87g Prot. 82,41g H.C. 28,84g Lip.  
**SUGGESTED DINNER:**  
Verdura y Huevo

**MONDAY 23**  
Lentejas a la Madrileña  
Crema de Verduras  
Merluza a la Vasca 🐟  
Hamburguesa a la Plancha ⚠️  
Verduritas Dado  
Fruta Variada  
776 Kcal. 47,1g Prot. 85,78g H.C. 22,8g Lip.  
**SUGGESTED DINNER:**  
Verdura y Lomo

**TUESDAY 24**  
Arroz con Tomate  
Parrillada de Verduras  
Revuelto de Jamón y Queso 🍴  
Calamares en Salsa Americana 🍴  
Ens de Lechuga y Maiz 🥗  
P. Lácteo o Fruta 🥛  
740 Kcal. 29,06g Prot. 61,69g H.C. 40,08g Lip.  
**SUGGESTED DINNER:**  
Verdura y Pollo

**WEDNESDAY 25**  
Crema de Zanahorias  
Calabacín al Ajo  
Chuletas a la Riojana  
Palometa a la Mostaza 🐟🍴  
Patatas Asadas  
Fruta Variada  
784 Kcal. 25,48g Prot. 100,37g H.C. 31,95g Lip.  
**SUGGESTED DINNER:**  
Sopa y Pescado

**THURSDAY 26**  
Espaguetis a la Boloñesa 🍴  
Salmorejo 🍴  
Abadejo a la Molinera 🐟🍴  
Escalopines a la Naranja  
Ens de Lechuga y Zanah 🥗  
P. Lácteo o Fruta 🥛  
814 Kcal. 43,04g Prot. 84,72g H.C. 42,67g Lip.  
**SUGGESTED DINNER:**  
Verdura y Huevo

**FRIDAY 27**  
Sopa de Cocido 🍴  
Repollo Rehogado  
Cocido Completo  
Platija a la Toledana 🐟🍴  
Fruta Variada  
781 Kcal. 32,9g Prot. 83,6g H.C. 34,58g Lip.  
**SUGGESTED DINNER:**  
Verdura y Pescado

**MONDAY 30**  
Crema Dubarry  
Guisantes a la Francesa  
San Jacobo 🍴  
Bacalao con Tomate 🐟  
Arroz Pilaf  
Fruta Variada  
745 Kcal. 39,82g Prot. 80,44g H.C. 26,03g Lip.  
**SUGGESTED DINNER:**  
Verdura y Huevo

Blank box for menu details.

Blank box for menu details.

Blank box for menu details.

Blank box for menu details.

**LEYENDA**

- 🌰 - cacahuete
- 🌿 - mostaza
- 🌱 - apio
- 🌿 - soja
- 🐚 - moluscos
- 🌱 - altramuces
- 🍄 - frutos de cáscara
- 🦀 - crustáceos
- 🌱 - sésamo
- 🍷 - sulfitos
- 🍴 - gluten
- 🐟 - pescado
- 🍴 - huevo
- 🥛 - leche
- ⚠️ - puede contener trazas de varios alérgenos

Todos los días se servirá un menú de dieta blanda y/o astringente, siempre que los padres nos lo hayan comunicado o el servicio médico lo estime conveniente

## Primaria y Secundaria



**MONDAY 2**  
VACACIONES DE VERANO

**TUESDAY 3**  
VACACIONES DE VERANO

**WEDNESDAY 4**  
VACACIONES DE VERANO

**THURSDAY 5**  
Arroz con Tomate  
Hamburguesa a la Plancha  
Ens de Lechuga y Maiz  
Postre Lácteo  
678 Kcal. 26,39g Prot. 66,07g H.C. 33,49g Lip.

**FRIDAY 6**  
Crema de Verduras con Croutons  
Pollo a la Cazadora  
Patatas Dado  
Fruta Variada  
600 Kcal. 23,51g Prot. 55,03g H.C. 29,93g Lip.

**MONDAY 9**  
Paella Valenciana  
Merluza a la Meuniere  
Verduritas Dado  
Fruta Variada  
682 Kcal. 29,51g Prot. 81,19g H.C. 24,59g Lip.

**TUESDAY 10**  
Crema de Calabacín  
Cinta de Lomo a la Plancha  
Patatas Panadera  
Postre Lácteo  
600 Kcal. 27,12g Prot. 49,21g H.C. 30,88g Lip.

**WEDNESDAY 11**  
Macarrones en Salsa Alfredo  
Tortilla de Jamón York  
Zanahoria Baby  
Fruta Variada  
728 Kcal. 30,28g Prot. 77,84g H.C. 30,84g Lip.

**THURSDAY 12**  
Sopa Maravilla  
Bacalao Orly  
Ens de Lechuga y Cebolla  
Postre Lácteo  
528 Kcal. 18,16g Prot. 47,19g H.C. 31,27g Lip.

**FRIDAY 13**  
Garbanzos Salteados  
Jamoncitos Asados  
Ensalada Mixta  
Fruta Variada  
582 Kcal. 26,62g Prot. 54,34g H.C. 26g Lip.

**SUGGESTED DINNER:**  
Verdura y Lomo

**SUGGESTED DINNER:**  
Sopa y Pescado

**SUGGESTED DINNER:**  
Verdura y Pavo

**SUGGESTED DINNER:**  
Verdura y Huevo

**SUGGESTED DINNER:**  
Verdura y Pescado

**MONDAY 16**  
Crema de Acelgas  
Albóndigas en Salsa  
Patatas Fritas  
Fruta Variada  
683 Kcal. 20,21g Prot. 61,43g H.C. 32,54g Lip.

**TUESDAY 17**  
Arroz al Horno  
Huevos Revueltos con Bonito  
Ens de Lechuga y Tomate  
Postre Lácteo  
782 Kcal. 31,13g Prot. 64,97g H.C. 43,23g Lip.

**WEDNESDAY 18**  
Judías Blancas Estofadas  
Pollo al Chilindrón  
Verduritas  
Fruta Variada  
703 Kcal. 37,17g Prot. 64,46g H.C. 28,79g Lip.

**THURSDAY 19**  
Crema de Puerros  
Palometa Enharinada  
Arroz Salteado  
Postre Lácteo  
508 Kcal. 29,53g Prot. 48,5g H.C. 20,75g Lip.

**FRIDAY 20**  
Espirales con Pollo a la Parrilla  
Lomo en Salsa de Pimientos  
Ensalada Verde  
Fruta Variada  
607 Kcal. 30,3g Prot. 65,92g H.C. 23,08g Lip.

**SUGGESTED DINNER:**  
Verdura y Pescado

**SUGGESTED DINNER:**  
Verdura y Ternera

**SUGGESTED DINNER:**  
Verdura y Pescado

**SUGGESTED DINNER:**  
Sopa y Pollo

**SUGGESTED DINNER:**  
Verdura y Huevo

**MONDAY 23**  
Lentejas a la Madrileña  
Merluza a la Vasca  
Verduritas Dado  
Fruta Variada  
621 Kcal. 37,7g Prot. 68,62g H.C. 18,25g Lip.

**TUESDAY 24**  
Arroz con Tomate  
Revuelto de Jamón y Queso  
Ens de Lechuga y Maiz  
Postre Lácteo  
592 Kcal. 23,24g Prot. 49,35g H.C. 32,06g Lip.

**WEDNESDAY 25**  
Crema de Zanahorias  
Chuletas a la Riojana  
Patatas Asadas  
Fruta Variada  
648 Kcal. 20,4g Prot. 80,29g H.C. 25,56g Lip.

**THURSDAY 26**  
Espaguetis a la Boloñesa  
Abadejo a la Molinera  
Ens de Lechuga y Zannah  
Postre Lácteo  
731 Kcal. 34,43g Prot. 67,78g H.C. 34,14g Lip.

**FRIDAY 27**  
Sopa de Cocido  
Cocido Completo  
Fruta Variada  
625 Kcal. 26,33g Prot. 66,88g H.C. 27,66g Lip.

**SUGGESTED DINNER:**  
Verdura y Lomo

**SUGGESTED DINNER:**  
Verdura y Pollo

**SUGGESTED DINNER:**  
Sopa y Pescado

**SUGGESTED DINNER:**  
Verdura y Huevo

**SUGGESTED DINNER:**  
Verdura y Pescado

**MONDAY 30**  
Crema Dubarry  
San Jacobo  
Arroz Pilaf  
Fruta Variada  
624 Kcal. 31,86g Prot. 64,35g H.C. 20,82g Lip.

**TUESDAY 1**  
VACACIONES DE VERANO

**WEDNESDAY 2**  
VACACIONES DE VERANO

**THURSDAY 3**  
VACACIONES DE VERANO

**FRIDAY 4**  
VACACIONES DE VERANO

**SUGGESTED DINNER:**  
Verdura y Huevo

**LEYENDA**

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

## Infantil

