

LUNES

MARTES

MIÉRCOLES

JUEVES

VIERNES

1

2

3

4

5

790 Kcal. P.: 12 HC.: 43 L.: 44 G.: 13

**ARROZ CON TOMATE**  
RICE WITH TOMATO SAUCE  
**LOMO AL GRILL**  
GRILLED PORK LOIN  
**LECHUGA Y ZANAHORIA RALLADA**  
LETTUCE AND SHREDDED CARROT  
**FRUTA**  
FRUIT



4

738 Kcal. P.: 19 HC.: 36 L.: 41 G.: 11

**LENTEJAS ESTOFADAS CON ARROZ INTEGRAL**  
LENTILS STEW WITH INTEGRAL RICE  
**HAMBURGUESA DE TERNERA CON CEBOLLA CARAMELIZADA**  
BEEF BURGER WITH CARAMELISED ONION  
**PATATAS FRITAS**  
FRENCH FRIES  
**FRUTA**  
FRUIT

5

726 Kcal. P.: 15 HC.: 42 L.: 41 G.: 12

**MACARRONES CON QUESO Y OREGANO**  
MACARRONES WITH CHEESE AND OREGAN  
**TORTILLA DE JAMÓN YORK**  
HAM OMELETTE  
**LECHUGA Y COL LOMBARDA**  
LETTUCE AND RED CABBAGE  
**HELADO**  
ICE CREAM

6

661 Kcal. P.: 23 HC.: 28 L.: 47 G.: 11

**CREMA DE VERDURA TRICOLOR (CON ZANAHORIA, BRÓCOLI Y PATATA)**  
CREAM OF TRICOLOR VEGETABLES SOUP  
**CONTRAMUSLO DE POLLO AL AJILLO**  
CHICKEN THIGH WITH GARLIC  
**PATATAS FRITAS**  
FRENCH FRIES  
**FRUTA**  
FRUIT

7

675 Kcal. P.: 20 HC.: 46 L.: 31 G.: 12

**SOPA DE COCIDO**  
TRADITIONAL SPANISH 'COCIDO' STEW WITH CHICKEN AND VEGETABLES  
**COCIDO COMPLETO CON GARBANZOS, MORCILLO, POLLO, CHORIZO, PATATA Y REPOLLO**  
CHICKPEAS, MEAT, CHICKEN, CHORIZO, POTATO & CABBAGE STEW  
**LÁCTEO**  
DAIRY

8

806 Kcal. P.: 15 HC.: 50 L.: 33 G.: 5

**JORNADA FISH REVOLUTION**  
**ARROZ MILANESA DE MAR**  
MILANESE SEA RICE  
**FILETE DE ABADEJO EMPANADO**  
BREADED FISH FILLET  
**ENSALADA DE LECHUGA, MAÍZ, JUDIA BROTE Y ZANAHORIA**  
SALAD WITH LETTUCE, SWEETCORN, MUNG BEANS AND CARROT  
**FRUTA**  
FRUIT

11

**NO LECTIVO**

12

**FESTIVO**

13

656 Kcal. P.: 14 HC.: 54 L.: 31 G.: 8

**ARROZ TRES DELICIAS (CON GUI SANTES, MAÍZ Y ZANAHORIA)**  
CHINESE RICE [CARROT, SWEETCORN AND PEAS]  
**REVUELTO ARAGONES CON HUEVO, JAMON, PATATA Y PIMIENTO VERDE**  
SCRAMBLED EGGS WITH HAM, POTATO AND GREEN PEPPER  
**LÁCTEO**  
DAIRY

14

755 Kcal. P.: 20 HC.: 35 L.: 39 G.: 6

**ALUBIAS BLANCAS GUI SADAS CON ZANAHORIA**  
HARICOT BEANS AND CARROT STEW  
**ESCALOPINES DE POLLO EMPANADOS**  
BATTERED CHICKEN SCALOPPINE  
**LECHUGA Y PEPINO**  
LETTUCE AND CUCUMBER  
**FRUTA**  
FRUIT

15

707 Kcal. P.: 15 HC.: 36 L.: 47 G.: 15

**JUDÍAS VERDES REHOGADAS CON PIMENTÓN**  
GREEN BEANS WITH OLIVE OIL AND PAPRIKA  
**ALBÓNDIGAS A LA NAPOLITANA**  
MEATBALLS TO "NAPOLITAN"  
**ARROZ INTEGRAL**  
WHOLE MEAL RICE  
**LÁCTEO**  
DAIRY

18

687 Kcal. P.: 16 HC.: 41 L.: 38 G.: 6

**LENTEJAS CON VERDURAS**  
LENTILS WITH VEGETABLES  
**HUEVOS FRITOS CON PISTO**  
FRIED EGGS WITH RATATOUILLE  
**PATATAS FRITAS**  
FRENCH FRIES  
**FRUTA**  
FRUIT

19

724 Kcal. P.: 23 HC.: 29 L.: 46 G.: 12

**CREMA DE CALABACÍN Y CALABAZA**  
CREAM OF COURGETTE AND PUMPKIN SOUP  
**CONTRAMUSLO DE POLLO ASADO**  
ROAST CHICKEN THIGH  
**PATATAS FRITAS**  
FRENCH FRIES  
**LÁCTEO**  
DAIRY

20

747 Kcal. P.: 15 HC.: 46 L.: 36 G.: 5

**PAELLA ALICANTINA**  
ALACANT PAELLA  
**MEDALLON DE BACALAO AL HORNO CON LIMON Y CAMA DE CEBOLLA**  
BAKED COD MEDALLION WITH LEMON AND ONION  
**LECHUGA**  
LETTUCE  
**FRUTA**  
FRUIT

21

675 Kcal. P.: 20 HC.: 46 L.: 31 G.: 12

**SOPA DE COCIDO**  
TRADITIONAL SPANISH 'COCIDO' STEW WITH CHICKEN AND VEGETABLES  
**COCIDO COMPLETO CON GARBANZOS, MORCILLO, POLLO, CHORIZO, PATATA Y REPOLLO**  
CHICKPEAS, MEAT, CHICKEN, CHORIZO, POTATO & CABBAGE STEW  
**LÁCTEO**  
DAIRY

22

733 Kcal. P.: 10 HC.: 46 L.: 42 G.: 5

**RECETA FISH REVOLUTION**  
**FIDEUA CON VERDURITAS**  
VEGETABLE FIDEUÀ  
**RABAS DE CALAMAR**  
SQUID STICKS  
**TOMATE CON ORÉGANO**  
TOMATO AND OREGANO  
**FRUTA**  
FRUIT

25

664 Kcal. P.: 8 HC.: 46 L.: 43 G.: 6

**CREMA DE PUERRO, PATATA Y ZANAHORIA**  
CREAM OF LEEK, POTATO AND CARROT SOUP  
**CROQUETAS ARTESANAS DE JAMÓN**  
HAM CROQUETTES  
**LECHUGA Y TOMATE**  
LETTUCE AND TOMATO  
**FRUTA**  
FRUIT

26

771 Kcal. P.: 17 HC.: 38 L.: 41 G.: 8

**ALUBIAS BLANCAS CON VERDURAS CON SALSA DE AZAFRÁN**  
WHITE BEANS WITH VEGETABLES WITH SAFFRON SAUCE  
**TORTILLA DE PATATAS**  
SPANISH OMELETTE  
**TOMATE EN DADOS**  
DICED TOMATO  
**LÁCTEO**  
DAIRY

27

682 Kcal. P.: 23 HC.: 34 L.: 42 G.: 10

**SOPA MARAVILLA**  
PASTA SOUP  
**POLLO ASADO AL ESTILO CAJUN**  
CAJUN ROASTED CHICKEN  
**PATATAS FRITAS**  
FRENCH FRIES  
**FRUTA**  
FRUIT

28

818 Kcal. P.: 14 HC.: 51 L.: 33 G.: 6

**ARROZ CON TOMATE Y ORÉGANO**  
RICE WITH TOMATO SAUCE Y OREGANO  
**MERLUZA EN COSTRA DE PATATA**  
BATTERED HAKE WITH POTATOES  
**LECHUGA Y REMOLACHA**  
LETTUCE AND BEETROOT  
**LÁCTEO**  
DAIRY

29

869 Kcal. P.: 14 HC.: 39 L.: 46 G.: 14

**MENÚ ESPECIAL DE HALLOWEEN**  
**MACARRONES CON SALSA DE CALABAZA Y QUESO**  
MACARONI WITH PUMPKIN AND CHEESE SAUCE  
**LONGANIZAS CON TOMATE**  
SAUSAGES WITH TOMATO  
**CHAMPIÑONES**  
MUSHROOMS  
**FRUTA**  
FRUIT



LUNES

MARTES

MIÉRCOLES

JUEVES

VIERNES

1

ARROZ CON TOMATE  
LOMO AL GRILL  
LECHUGA Y ZANAHORIA RALLADA  
FRUTA

4

PATATAS CON PIMIENTOS  
HAMBURGUESA DE TERNERA CON CEBOLLA  
CARAMELIZADA  
PATATAS FRITAS  
FRUTA

5

PASTA SIN GLUTEN Y SIN HUEVO CON SALSA  
DE TOMATE CASERA  
TORTILLA DE JAMÓN YORK  
LECHUGA Y COL LOMBARDA  
HELADO

6

CREMA DE VERDURA TRICOLOR (CON  
ZANAHORIA, BRÓCOLI Y PATATA)  
CONTRAMUSLO DE POLLO AL AJILLO  
PATATAS FRITAS  
FRUTA

7

SOPA DE PASTA SIN HUEVO Y SIN GLUTEN  
COCIDO COMPLETO CON GARBANZOS,  
MORCILLO, POLLO, CHORIZO, PATATA Y  
REPOLLO  
LÁCTEO

8

**JORNADA FISH REVOLUTION**  
ARROZ MILANESA DE MAR  
FILETE DE ABADEJO AL HORNO  
ENSALADA DE LECHUGA, MAÍZ, JUDIA BROTE  
Y ZANAHORIA  
FRUTA

11

NO LECTIVO

12

FESTIVO

13

ARROZ TRES DELICIAS (CON GUISANTES, MAÍZ  
Y ZANAHORIA)  
REVUELTO ARAGONES CON HUEVO, JAMON,  
PATATA Y PIMIENTO VERDE  
LÁCTEO

14

ALUBIAS BLANCAS GUISADAS CON  
ZANAHORIA  
FILETE DE POLLO A LA PLANCHA  
LECHUGA Y PEPINO  
FRUTA

15

JUDÍAS VERDES REHOGADAS CON PIMENTÓN  
ALBÓNDIGAS A LA NAPOLITANA  
ARROZ INTEGRAL  
LÁCTEO

18

PATATAS SALTEADAS CON VERDURA  
HUEVOS FRITOS CON PISTO  
PATATAS FRITAS  
FRUTA

19

CREMA DE CALABACÍN Y CALABAZA  
CONTRAMUSLO DE POLLO ASADO  
PATATAS FRITAS  
LÁCTEO

20

PAELLA ALICANTINA  
FILETE DE ABADEJO EN SALSA  
LECHUGA  
FRUTA

21

SOPA DE PASTA SIN HUEVO Y SIN GLUTEN  
COCIDO COMPLETO CON GARBANZOS,  
MORCILLO, POLLO, CHORIZO, PATATA Y  
REPOLLO  
LÁCTEO

22

**RECETA FISH REVOLUTION**  
PASTA (SIN GLUTEN Y SIN HUEVO) CON  
SOFRITO DE VERDURAS (PIMIENTO, CEBOLLA  
Y ZANAHORIA)  
TIRITAS DE MERLUZA REBOZADAS CON HUEVO  
Y MAIZENA  
TOMATE CON ORÉGANO  
FRUTA

25

CREMA DE PUERRO, PATATA Y ZANAHORIA  
TIRAS DE LOMO DE CERDO NATURAL FRITAS  
CON MAIZENA  
LECHUGA Y TOMATE  
FRUTA

26

ALUBIAS BLANCAS CON VERDURAS CON  
SALSA DE AZAFRÁN  
TORTILLA DE PATATAS  
TOMATE EN DADOS  
LÁCTEO

27

SOPA DE PASTA SIN HUEVO Y SIN GLUTEN  
POLLO ASADO AL ESTILO CAJUN  
PATATAS FRITAS  
FRUTA

28

ARROZ CON TOMATE Y ORÉGANO  
MERLUZA EN COSTRA DE PATATA  
LECHUGA Y REMOLACHA  
LÁCTEO

29

**MENÚ ESPECIAL DE HALLOWEEN**  
CODITOS DE PASTA SIN GLUTEN NI HUEVO AL  
AJILLO  
LONGANIZAS CON TOMATE  
CHAMPIÑONES  
FRUTA



LUNES

MARTES

MIÉRCOLES

JUEVES

VIERNES

1

ARROZ CON TOMATE  
LOMO AL GRILL  
LECHUGA Y ZANAHORIA RALLADA  
FRUTA



4

LENTEJAS ESTOFADAS CON ARROZ INTEGRAL  
HAMBURGUESA DE TERNERA CON CEBOLLA  
CAMELIZADA  
PATATAS FRITAS  
FRUTA

5

MACARRONES CON QUESO Y OREGANO  
TORTILLA DE JAMÓN YORK  
LECHUGA Y COL LOMBARDA  
YOGUR

6

CREMA DE VERDURA TRICOLOR (CON  
ZANAHORIA, BRÓCOLI Y PATATA)  
CONTRAMUSLO DE POLLO AL AJILLO  
PATATAS FRITAS  
FRUTA

7

SOPA DE COCIDO  
COCIDO COMPLETO CON GARBANZOS,  
MORCILLO, POLLO, CHORIZO, PATATA Y  
REPOLLO  
LÁCTEO

8

**JORNADA FISH REVOLUTION**  
ARROZ MILANESA DE MAR  
FILETE DE ABADEJO EMPANADO  
ENSALADA DE LECHUGA, MAIZ, JUDIA BROTE  
Y ZANAHORIA  
FRUTA

11

NO LECTIVO

12

FESTIVO

13

ARROZ TRES DELICIAS (CON GUISANTES, MAÍZ  
Y ZANAHORIA)  
REVUELTO ARAGONES CON HUEVO, JAMON,  
PATATA Y PIMIENTO VERDE  
LÁCTEO

14

ALUBIAS BLANCAS GUISADAS CON  
ZANAHORIA  
ESCALOPINES DE POLLO EMPANADOS  
LECHUGA Y PEPINO  
FRUTA

15

JUDÍAS VERDES REHOGADAS CON PIMENTÓN  
ALBÓNDIGAS A LA NAPOLITANA  
ARROZ INTEGRAL  
LÁCTEO

18

LENTEJAS CON VERDURAS  
HUEVOS FRITOS CON PISTO  
PATATAS FRITAS  
FRUTA

19

CREMA DE CALABACÍN Y CALABAZA  
CONTRAMUSLO DE POLLO ASADO  
PATATAS FRITAS  
LÁCTEO

20

PAELLA ALICANTINA  
MEDALLON DE BACALAO AL HORNO CON  
LIMON Y CAMA DE CEBOLLA  
LECHUGA  
FRUTA

21

SOPA DE COCIDO  
COCIDO COMPLETO CON GARBANZOS,  
MORCILLO, POLLO, CHORIZO, PATATA Y  
REPOLLO  
LÁCTEO

22

**RECETA FISH REVOLUTION**  
FIDEUA CON VERDURITAS  
RABAS DE CALAMAR  
TOMATE CON ORÉGANO  
FRUTA

25

CREMA DE PUERRO, PATATA Y ZANAHORIA  
CROQUETAS ARTESANAS DE JAMÓN  
LECHUGA Y TOMATE  
FRUTA

26

ALUBIAS BLANCAS CON VERDURAS CON  
SALSA DE AZAFRÁN  
TORTILLA DE PATATAS  
TOMATE EN DADOS  
LÁCTEO

27

SOPA MARAVILLA  
POLLO ASADO AL ESTILO CAJUN  
PATATAS FRITAS  
FRUTA

28

ARROZ CON TOMATE Y ORÉGANO  
MERLUZA EN COSTRA DE PATATA  
LECHUGA Y REMOLACHA  
LÁCTEO

29

**MENÚ ESPECIAL DE HALLOWEEN**  
MACARRONES CON SALSA DE CALABAZA Y  
QUESO  
LONGANIZAS CON TOMATE  
CHAMPIÑONES  
FRUTA



LUNES

MARTES

MIÉRCOLES

JUEVES

VIERNES

1

2

3

4

1

ARROZ CON TOMATE  
LOMO AL GRILL  
LECHUGA Y ZANAHORIA RALLADA  
FRUTA



4

LENTEJAS ESTOFADAS CON ARROZ INTEGRAL  
HAMBURGUESA DE PAVO A LA PLANCHA  
PATATAS FRITAS  
FRUTA

5

PASTA SIN GLUTEN Y SIN HUEVO CON SALSA DE TOMATE CASERA  
FILETE DE MAGRA A LA PLANCHA  
LECHUGA Y COL LOMBARDA  
YOGUR

6

CREMA DE VERDURA TRICOLOR (CON ZANAHORIA, BRÓCOLI Y PATATA)  
CONTRAMUSLO DE POLLO AL AJILLO  
PATATAS FRITAS  
FRUTA

7

SOPA DE PASTA SIN HUEVO Y SIN GLUTEN  
COCIDO COMPLETO CON GARBANZOS, MORCILLO, POLLO, CHORIZO, PATATA Y REPOLLO  
LÁCTEO

8

**JORNADA FISH REVOLUTION**  
ARROZ CON VERDURAS  
FILETE DE ABADEJO AL HORNO  
ENSALADA DE LECHUGA, MAIZ, JUDIA BROTE Y ZANAHORIA  
FRUTA

11

NO LECTIVO

12

FESTIVO

13

ARROZ TRES DELICIAS (CON GUISANTES, MAÍZ Y ZANAHORIA)  
PINCHITOS DE PAVO  
LÁCTEO

14

ALUBIAS BLANCAS GUISADAS CON ZANAHORIA  
FILETE DE POLLO A LA PLANCHA  
LECHUGA Y PEPINO  
FRUTA

15

JUDÍAS VERDES REHOGADAS CON PIMENTÓN  
TERNERA EN SALSA  
ARROZ INTEGRAL  
LÁCTEO

18

LENTEJAS CON VERDURAS  
HAMBURGUESA DE PAVO A LA PLANCHA  
PATATAS FRITAS  
FRUTA

19

CREMA DE CALABACÍN Y CALABAZA  
CONTRAMUSLO DE POLLO ASADO  
PATATAS FRITAS  
LÁCTEO

20

PAELLA ALICANTINA  
FILETE DE ABADEJO EN SALSA  
LECHUGA  
FRUTA

21

SOPA DE PASTA SIN HUEVO Y SIN GLUTEN  
COCIDO COMPLETO CON GARBANZOS, MORCILLO, POLLO, CHORIZO, PATATA Y REPOLLO  
LÁCTEO

22

**RECETA FISH REVOLUTION**  
PASTA (SIN GLUTEN Y SIN HUEVO) CON SOFRITO DE VERDURAS (PIMIENTO, CEBOLLA Y ZANAHORIA)  
MERLUZA PLANCHA  
TOMATE CON ORÉGANO  
FRUTA

25

CREMA DE PUERRO, PATATA Y ZANAHORIA  
TIRAS DE LOMO DE CERDO NATURAL FRITAS CON MAIZENA  
LECHUGA Y TOMATE  
FRUTA

26

ALUBIAS BLANCAS CON VERDURAS CON SALSA DE AZAFRÁN  
TERNERA EN SALSA  
TOMATE EN DADOS  
LÁCTEO

27

SOPA DE PASTA SIN HUEVO Y SIN GLUTEN  
POLLO ASADO AL ESTILO CAJUN  
PATATAS FRITAS  
FRUTA

28

ARROZ CON TOMATE Y ORÉGANO  
FILETE DE MERLUZA AL HORNO  
LECHUGA Y REMOLACHA  
LÁCTEO

29

**MENÚ ESPECIAL DE HALLOWEEN**  
CODITOS DE PASTA SIN GLUTEN NI HUEVO AL AJILLO  
LONGANIZAS CON TOMATE  
CHAMPIÑONES  
FRUTA



LUNES

MARTES

MIÉRCOLES

JUEVES

VIERNES

1

2

3

4

1

ARROZ CON TOMATE  
LOMO AL GRILL  
LECHUGA Y ZANAHORIA RALLADA  
FRUTA



4

LENTEJAS ESTOFADAS CON ARROZ INTEGRAL  
HAMBURGUESA DE TERNERA CON CEBOLLA  
CARAMELIZADA  
PATATAS FRITAS  
FRUTA

5

MACARRONES CON TOMATE  
TORTILLA DE JAMÓN YORK  
LECHUGA Y COL LOMBARDA  
POSTRE VEGETAL DE SOJA

6

CREMA DE VERDURA TRICOLOR (CON  
ZANAHORIA, BRÓCOLI Y PATATA)  
CONTRAMUSLO DE POLLO AL AJILLO  
PATATAS FRITAS  
FRUTA

7

SOPA DE COCIDO  
COCIDO COMPLETO CON GARBANZOS,  
MORCILLO, POLLO, CHORIZO, PATATA Y  
REPOLLO  
POSTRE VEGETAL DE SOJA

8

**JORNADA FISH REVOLUTION**  
ARROZ MILANESA DE MAR  
FILETE DE ABADEJO EMPANADO  
ENSALADA DE LECHUGA, MAIZ, JUDIA BROTE  
Y ZANAHORIA  
FRUTA

11

NO LECTIVO

12

FESTIVO

13

ARROZ TRES DELICIAS (CON GUISANTES, MAÍZ  
Y ZANAHORIA)  
REVUELTO ARAGONES CON HUEVO, JAMON,  
PATATA Y PIMIENTO VERDE  
POSTRE VEGETAL DE SOJA

14

ALUBIAS BLANCAS GUISADAS CON  
ZANAHORIA  
ESCALOPINES DE POLLO EMPANADOS  
LECHUGA Y PEPINO  
FRUTA

15

JUDÍAS VERDES REHOGADAS CON PIMENTÓN  
ALBÓNDIGAS A LA NAPOLITANA  
ARROZ INTEGRAL  
POSTRE VEGETAL DE SOJA

18

LENTEJAS CON VERDURAS  
HUEVOS FRITOS CON PISTO  
PATATAS FRITAS  
FRUTA

19

CREMA DE CALABACIN, CALABAZA Y PATATA  
CONTRAMUSLO DE POLLO ASADO  
PATATAS FRITAS  
POSTRE VEGETAL DE SOJA

20

PAELLA ALICANTINA  
FILETE DE ABADEJO EN SALSA  
LECHUGA  
FRUTA

21

SOPA DE COCIDO  
COCIDO COMPLETO CON GARBANZOS,  
MORCILLO, POLLO, CHORIZO, PATATA Y  
REPOLLO  
POSTRE VEGETAL DE SOJA

22

**RECETA FISH REVOLUTION**  
FIDEUA CON VERDURITAS  
TIRITAS DE MERLUZA REBOZADAS CON HUEVO  
Y MAIZENA  
TOMATE CON ORÉGANO  
FRUTA

25

CREMA DE PUERRO, PATATA Y ZANAHORIA  
TIRAS DE LOMO DE CERDO NATURAL FRITAS  
CON MAIZENA  
LECHUGA Y TOMATE  
FRUTA

26

ALUBIAS BLANCAS CON VERDURAS CON  
SALSA DE AZAFRÁN  
TORTILLA DE PATATAS  
TOMATE EN DADOS  
POSTRE VEGETAL DE SOJA

27

SOPA MARAVILLA  
POLLO ASADO AL ESTILO CAJUN  
PATATAS FRITAS  
FRUTA

28

ARROZ CON TOMATE Y ORÉGANO  
MERLUZA EN COSTRA DE PATATA  
LECHUGA Y REMOLACHA  
POSTRE VEGETAL DE SOJA

29

**MENÚ ESPECIAL DE HALLOWEEN**  
MACARRONES CON TOMATE  
LONGANIZAS CON TOMATE  
CHAMPIÑONES  
FRUTA



LUNES

MARTES

MIÉRCOLES

JUEVES

VIERNES

□

□

□

□

1

ARROZ CON TOMATE  
LOMO AL GRILL  
LECHUGA Y ZANAHORIA RALLADA  
FRUTA

4

PATATAS CON PIMIENTOS  
HAMBURGUESA DE PAVO A LA PLANCHA  
PATATAS FRITAS  
FRUTA

5

MACARRONES CON QUESO Y OREGANO  
TORTILLA FRANCESA  
LECHUGA Y COL LOMBARDA  
YOGUR

6

CREMA DE VERDURA TRICOLOR (CON  
ZANAHORIA, BRÓCOLI Y PATATA)  
CONTRAMUSLO DE POLLO AL AJILLO  
PATATAS FRITAS  
FRUTA

7

SOPA DE PASTA CON ZANAHORIA  
COCIDO CON MORCILLO, PATATA Y REPOLLO  
(SIN GARBANZOS)  
LÁCTEO

8

**JORNADA FISH REVOLUTION**  
ARROZ CON VERDURAS  
FILETE DE ABADEJO EMPANADO  
ENSALADA VERDE  
FRUTA

11

NO LECTIVO

12

FESTIVO

13

ARROZ CON MAÍZ Y ZANAHORIAS  
REVUELTO ARAGONES CON HUEVO, JAMON,  
PATATA Y PIMIENTO VERDE  
LÁCTEO

14

CREMA DE CALABACÍN  
ESCALOPINES DE POLLO EMPANADOS  
LECHUGA Y PEPINO  
FRUTA

15

ESPINACAS REHOGADAS CON AJO  
TERNERA EN SALS  
ARROZ INTEGRAL  
LÁCTEO

18

PATATAS SALTEADAS CON VERDURA  
HUEVOS FRITOS CON PISTO  
PATATAS FRITAS  
FRUTA

19

CREMA DE CALABACÍN Y CALABAZA  
CONTRAMUSLO DE POLLO ASADO  
PATATAS FRITAS  
LÁCTEO

20

ARROZ CON VERDURAS  
MEDALLON DE BACALAO AL HORNO CON  
LIMON Y CAMA DE CEBOLLA  
LECHUGA  
FRUTA

21

SOPA DE PASTA CON ZANAHORIA  
COCIDO CON MORCILLO, PATATA Y REPOLLO  
(SIN GARBANZOS)  
LÁCTEO

22

**RECETA FISH REVOLUTION**  
FIDEUA CON VERDURITAS  
RABAS DE CALAMAR  
TOMATE CON ORÉGANO  
FRUTA

25

CREMA DE PUERRO, PATATA Y ZANAHORIA  
TIRAS DE LOMO DE CERDO NATURAL FRITAS  
CON MAIZENA  
LECHUGA Y TOMATE  
FRUTA

26

BRÓCOLI REHOGADO  
TORTILLA DE PATATAS  
TOMATE EN DADOS  
LÁCTEO

27

SOPA MARAVILLA  
POLLO ASADO AL ESTILO CAJUN  
PATATAS FRITAS  
FRUTA

28

ARROZ CON TOMATE Y ORÉGANO  
MERLUZA EN COSTRA DE PATATA  
LECHUGA Y REMOLACHA  
LÁCTEO

29

**MENÚ ESPECIAL DE HALLOWEEN**  
MACARRONES CON SALS DE CALABAZA Y  
QUESO  
LONGANIZAS CON TOMATE  
CHAMPIÑONES  
FRUTA



LUNES

MARTES

MIÉRCOLES

JUEVES

VIERNES

1

2

3

4

1

ARROZ CON TOMATE  
LOMO AL GRILL  
LECHUGA Y ZANAHORIA RALLADA  
FRUTA

4

LENTEJAS ESTOFADAS CON ARROZ INTEGRAL  
HAMBURGUESA DE TERNERA CON CEBOLLA  
CARAMELIZADA  
PATATAS FRITAS  
FRUTA

5

MACARRONES CON QUESO Y OREGANO  
TORTILLA DE JAMÓN YORK  
LECHUGA Y COL LOMBARDA  
HELADO

6

CREMA DE VERDURA TRICOLOR (CON  
ZANAHORIA, BRÓCOLI Y PATATA)  
CONTRAMUSLO DE POLLO AL AJILLO  
PATATAS FRITAS  
FRUTA

7

SOPA DE COCIDO  
COCIDO COMPLETO CON GARBANZOS,  
MORCILLO, POLLO, CHORIZO, PATATA Y  
REPOLLO  
LÁCTEO

8

**JORNADA FISH REVOLUTION**  
ARROZ CON VERDURAS  
TERNERA EN SALSA  
ENSALADA DE LECHUGA, MAIZ, JUDIA BROTE  
Y ZANAHORIA  
FRUTA

11

NO LECTIVO

12

FESTIVO

13

ARROZ TRES DELICIAS (CON GUISANTES, MAÍZ  
Y ZANAHORIA)  
REVUELTO ARAGONES CON HUEVO, JAMON,  
PATATA Y PIMIENTO VERDE  
LÁCTEO

14

ALUBIAS BLANCAS GUISADAS CON  
ZANAHORIA  
ESCALOPINES DE POLLO EMPANADOS  
LECHUGA Y PEPINO  
FRUTA

15

JUDÍAS VERDES REHOGADAS CON PIMENTÓN  
ALBÓNDIGAS A LA NAPOLITANA  
ARROZ INTEGRAL  
LÁCTEO

18

LENTEJAS CON VERDURAS  
HUEVOS FRITOS CON PISTO  
PATATAS FRITAS  
FRUTA

19

CREMA DE CALABACÍN Y CALABAZA  
CONTRAMUSLO DE POLLO ASADO  
PATATAS FRITAS  
LÁCTEO

20

PAELLA ALICANTINA  
BISTEC DE MAGRA FINAS HIERBAS  
LECHUGA  
FRUTA

21

SOPA DE COCIDO  
COCIDO COMPLETO CON GARBANZOS,  
MORCILLO, POLLO, CHORIZO, PATATA Y  
REPOLLO  
LÁCTEO

22

**RECETA FISH REVOLUTION**  
FIDEUA CON VERDURITAS  
TIRAS DE POLLO FRITAS CON MAIZENA  
TOMATE CON ORÉGANO  
FRUTA

25

CREMA DE PUERRO, PATATA Y ZANAHORIA  
TIRAS DE LOMO DE CERDO NATURAL FRITAS  
CON MAIZENA  
LECHUGA Y TOMATE  
FRUTA

26

ALUBIAS BLANCAS CON VERDURAS CON  
SALSA DE AZAFRÁN  
TORTILLA DE PATATAS  
TOMATE EN DADOS  
LÁCTEO

27

SOPA MARAVILLA  
POLLO ASADO AL ESTILO CAJUN  
PATATAS FRITAS  
FRUTA

28

ARROZ CON TOMATE Y ORÉGANO  
PINCHITOS DE PAVO  
LECHUGA Y REMOLACHA  
LÁCTEO

29

**MENÚ ESPECIAL DE HALLOWEEN**  
MACARRONES CON SALSA DE CALABAZA Y  
QUESO  
LONGANIZAS CON TOMATE  
CHAMPIÑONES  
FRUTA



¡Te damos la bienvenida a nuestro comedor escolar seguro!

Comienza con un buen **DESAYUNO**



Pan, cereales o derivados



Leche o derivados



Fruta fresca y hortalizas



Si hemos comido:	Podemos cenar:
Cereales, féculas o legumbres	Hortalizas crudas o legumbres cocidas
Verduras	Cereales o féculas
Carne	Pescado o huevo
Pescado	Carne magra o huevo
Huevo	Pescado o carne magra
Fruta	Lácteos o fruta
Lácteos	Fruta

**LOS GUARDIANES DE LA SALUD**



1 Estamos preparados para garantizar la Seguridad de los niños y niñas en el aula-comedor.

2

Desarrollamos e implantamos nuestros Protocolos de Seguridad y Prevención, verificados por Bureau Veritas Certification.



3

El bienestar de todas las familias es nuestra prioridad.

Notas:

Empty dashed box for notes.

Empresa adherida al PLAN de colaboración para la mejora de la composición de los alimentos y bebidas y otras medidas 2020

En caso de alergias o intolerancias procurar mantener una buena alimentación sustituyendo los alimentos no tolerados por otros dentro de la misma familia.

Nuestra empresa somete a congelación el pescado que vaya a ser consumido crudo o poco hecho, según establece el RD 1420/2006. Según lo establecido en el RE 1169/2011, la cocina dispone de información sobre el contenido en alérgenos de los menús elaborados.

