



MENÚ SIN HUEVO

septiembre 2026

Educamos *Acompañamos*

		2º y 3 inf + primaria + 1º y 2º eso								Día 1º alumnos 1º infantil			
SEMANA 2	1º PLATO	Martes 8				Miércoles 9				Jueves 10			
	2º PLATO	ARROZ CON TOMATE				LENTEJAS ESTOFADAS				JUDIAS VERDES CON PATATA Y JAMÓN SERRANO			
	GUARNICIÓN	PECHUGAS PLANCHA				CARNE PLANCHA				ESTOFADO DE MAGRO A LA JARDINERA			
	POSTRE	LECHUGA CON QUESO FRESCO				ENSALADA CON TOMATE				GUISANTE Y ZANAHORIA			
	VAL. NUT.	YOGUR/ PAN INTEGRAL				MANZANA/ PAN				PLÁTANO/ PAN			
		KCAL	P	HC	L	KCAL	P	HC	L	KCAL	P	HC	L
										1º día 3º y 4º eso			
SEMANA 3	1º PLATO	Lunes 14				Martes 15				Miércoles 16			
	2º PLATO	ACELGAS CON PATATA				CREMA DE CALABACÍN Y ZANAHORIA ECOLOGICA				ARROZ INTEGRAL CON VERDURAS			
	GUARNICIÓN	LIMANDA PLANCHA				GARBANZOS SALTEADOS CON ARROZ				POLLO ASADO EN SALSA DE MANZANA			
	POSTRE	ENSALADA				ENSALADA CON ATÚN				PATATA COCIDA			
	VAL. NUT.	YOGUR/ PAN				PLÁTANO/ PAN INTEGRAL				FRUTA/ PAN			
		KCAL	P	HC	L	KCAL	P	HC	L	KCAL	P	HC	L
SEMANA 4	1º PLATO	Lunes 21				Martes 22				Miércoles 23			
	2º PLATO	SOPA DE POLLO CON FIDEO INTEGRAL SIN GLUTEN				GARBANZOS GUIADOS CON CHORIZO				CREMA DE CALABAZA ECOLOGICA CON PICATOSTES			
	GUARNICIÓN	ALBÓNDIGAS MIXTAS EN SALSA CASERA				BACALAO A LA VIZCAINA				CROQUETAS DE JAMÓN SIN GLUTEN			
	POSTRE	LECHUGA				ENSALADA CON MAIZ Y ZANAHORIA				ENSALADA CON TOMATE			
	VAL. NUT.	MANZANA/ PAN				PLÁTANO/ PAN INTEGRAL				PERA CONFERENCIA/ PAN			
		KCAL	P	HC	L	KCAL	P	HC	L	KCAL	P	HC	L
SEMANA 5	1º PLATO	Lunes 28				Martes 29				Miércoles 30			
	2º PLATO	ARROZ CON TOMATE				POTAJE DE ALUBIAS BLANCAS				ESPAGUETIS SIN GLUTEN CON TOMATE Y QUESO			
	GUARNICIÓN	HAMBURGUESA VEGETAL				MERLUZA A LA VIZCAINA				LOMO SAJONIA AL HORNO			
	POSTRE	ENSALADA ILUSTRADA				PIMIENTOS				ENSALADA CON ATÚN			
	VAL. NUT.	YOGUR/ PAN				FRUTA / PAN INTEGRAL				PERA/ PAN			
		KCAL	P	HC	L	KCAL	P	HC	L	KCAL	P	HC	L

Este menú está elaborado cumpliendo la normavita vigente en el Real Decreto 315/2025 referido a las frecuencias de consumo y grupos de alimentos.

LA VALORACIÓN CALÓRICA ESTÁ CALCULADA PARA NIÑOS/AS DE 9 A 13 AÑOS. LA VALORACIÓN PARA LA FRANJA DE 3 A 8 AÑOS CORRESPONDE AL 80% DE LO DETALLADO EN ESTE MENÚ, EN EL RANGO DE 14 A 18 AÑOS A UN 38% MÁS DE LOS INDICADOS.

EN LA ETAPA DE 2 AÑOS CORRESPONDE A UN 55% MENOS DE LO DETALLADO EN EL MENÚ.

Para consultar el detalle de los alérgenos presentes en cada plato, consulte el archivo "Alérgenos – Carta Web".