

**VIERNES 1**  
VACACIONES DE  
VERANO

**LUNES 4**  
VACACIONES DE  
VERANO

**MARTES 5**  
VACACIONES DE  
VERANO

**MIÉRCOLES 6**  
Arroz con Verduras  
Brócoli Salteado  
Cinta de Lomo a la Plancha  
Filete de Lomo Empanado  
Ensalada de Lechuga  
Fruta Temporada, Pan y Agua  
765 Kcal. 29,96g Prot. 89,36g H.C. 30,51g Lip.  
**SUGERENCIA DE CENA:**  
Verdura y Lomo

**JUEVES 7**  
Garbanzos Estofados  
Menestra Rehogada  
Tortilla Fr de Jamón  
Tortilla de Calabacín  
Verduritas Dado  
P. Lácteo o Fruta, Pan y Agua  
872 Kcal. 44,21g Prot. 72,19g H.C. 41,79g Lip.  
**SUGERENCIA DE CENA:**  
Verdura y Pescado

**VIERNES 8**  
Crema Hortelana  
Duo de Verduras  
Merluza Beurre Blanc  
Merluza a la Romana  
Arroz Pilaf  
Fruta Temporada, Pan y Agua  
799 Kcal. 31,19g Prot. 76,35g H.C. 38,67g Lip.  
**SUGERENCIA DE CENA:**  
Sopa y Pollo

**LUNES 11**  
Lentejas a la Madrileña  
Ensalada Campera  
Escalopines al Limón  
Escalopines a la Plancha  
Verduritas dado  
Fruta Temporada, Pan y Agua  
870 Kcal. 46,21g Prot. 79,63g H.C. 36,17g Lip.  
**SUGERENCIA DE CENA:**  
Verdura y Pescado

**MARTES 12**  
Espirales a la Boloñesa  
Guisantes a la Francesa  
Bacalao Orly  
Bacalao al Horno  
Ens de Lechuga y Maiz  
P. Lácteo o Fruta, Pan y Agua  
876 Kcal. 32,32g Prot. 89,81g H.C. 41,99g Lip.  
**SUGERENCIA DE CENA:**  
Verdura y Pavo

**MIÉRCOLES 13**  
Crema de Calabacín  
Lombarda con Manzana  
Huevos Revueltos con Atún  
Tortilla de Jamón y Queso  
Patatas Panadera  
Fruta Temporada, Pan y Agua  
809 Kcal. 21,91g Prot. 69,09g H.C. 46,92g Lip.  
**SUGERENCIA DE CENA:**  
Sopa y Pescado

**JUEVES 14**  
FESTIVO

**VIERNES 15**  
Paella Valenciana  
Gazpacho  
Calamares a la Romana  
Gallo San Pedro a la Plancha  
Zanahoria Dado  
Fruta Temporada, Pan y Agua  
745 Kcal. 33,36g Prot. 97,68g H.C. 22,55g Lip.  
**SUGERENCIA DE CENA:**  
Verdura y Lomo

**LUNES 18**  
Macarrones con Atún  
Coliflor con Mahonesa  
Filete de Cerdo a la Plancha  
Filete de Cerdo al Ajillo  
Guisantes Salteados  
Fruta Temporada, Pan y Agua  
806 Kcal. 33,42g Prot. 89,65g H.C. 32,22g Lip.  
**SUGERENCIA DE CENA:**  
Verdura y Pescado

**MARTES 19**  
Judías Verdes con Bacon  
Crema de Verduras  
Croquetas y Empanadillas  
Filete de Pollo a la Plancha  
Verduritas Dado  
P. Lácteo o Fruta, Pan y Agua  
583 Kcal. 29,57g Prot. 46,84g H.C. 29g Lip.  
**SUGERENCIA DE CENA:**  
Sopa y Huevo

**MIÉRCOLES 20**  
Sopa de Cocido  
Repollo Rehogado  
Cocido Completo  
Filete de Platija al Horno  
Fruta Temporada, Pan y Agua  
781 Kcal. 32,89g Prot. 83,59g H.C. 34,56g Lip.  
**SUGERENCIA DE CENA:**  
Verdura y Cebolla

**JUEVES 21**  
Arroz al Horno  
Salmorejo  
Abadejo a la Espalda  
Merluza a la Molinera  
Ens de Lechuga y Cebolla  
P. Lácteo o Fruta, Pan y Agua  
836 Kcal. 37g Prot. 79,75g H.C. 40,22g Lip.  
**SUGERENCIA DE CENA:**  
Verdura y Pollo

**VIERNES 22**  
Crema de Guisantes  
Ensaladilla Rusa  
Tortilla de Jamón York  
Huevos a la Villarroy  
Patatas Dado  
Fruta Temporada, Pan y Agua  
771 Kcal. 29,95g Prot. 68,53g H.C. 39,48g Lip.  
**SUGERENCIA DE CENA:**  
Verdura y Ternera

**LUNES 25**  
Arroz Tres Delicias  
Calabacín al Queso  
Filete Ruso  
Albóndigas con Tomate  
Ens de Lechuga y Zanah  
Fruta Temporada, Pan y Agua  
867 Kcal. 29,91g Prot. 95,74g H.C. 38,63g Lip.  
**SUGERENCIA DE CENA:**  
Verdura y Huevo

**MARTES 26**  
Crema de Calabaza  
Alcachofas al Ajo  
Canelones al Horno  
Merluza a la Vasca  
Ens de Lechuga y Maiz  
P. Lácteo o Fruta, Pan y Agua  
658 Kcal. 21,82g Prot. 64,12g H.C. 33,22g Lip.  
**SUGERENCIA DE CENA:**  
Sopa y Pescado

**MIÉRCOLES 27**  
Judías Blancas Estofadas  
Trío de Verduras  
Merluza a la Andaluza  
Gallo San Pedro en Salsa  
Ensalada Mixta  
Fruta Temporada, Pan y Agua  
849 Kcal. 45,71g Prot. 71,8g H.C. 37,59g Lip.  
**SUGERENCIA DE CENA:**  
Verdura y Pollo

**JUEVES 28**  
Menestra Rehogada  
Gazpacho  
Tortilla Paisana  
Huevos Rotos con Patatas  
Ens de Lechuga y Cebolla  
P. Lácteo o Fruta, Pan y Agua  
853 Kcal. 30,7g Prot. 55,45g H.C. 53,66g Lip.  
**SUGERENCIA DE CENA:**  
Verdura y Lomo

**VIERNES 29**  
Sopa de Fideos  
Ensalada Mixta Internacional  
Escalope de Pollo  
Contramuslo a la Plancha  
Ens de Lechuga y Tomate  
Fruta Temporada, Pan y Agua  
786 Kcal. 32g Prot. 74,75g H.C. 41,01g Lip.  
**SUGERENCIA DE CENA:**  
Verdura y Pescado

**LEYENDA**

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

Todos los días habrá pan integral a disposición de los alumnos que lo deseen  
**4º, 5º y 6º de Primaria y Secundaria**



VACACIONES DE VERANO

VACACIONES DE VERANO

VACACIONES DE VERANO

VACACIONES DE VERANO

**VIERNES 1**  
VACACIONES DE VERANO

**LUNES 4**  
VACACIONES DE VERANO

**MARTES 5**  
VACACIONES DE VERANO

**MIÉRCOLES 6**  
Arroz con Verduras  
Cinta de Lomo a la Plancha  
Ensalada de Lechuga  
Fruta Temporada, Pan y Agua  
765 Kcal. 29,96g Prot. 89,36g H.C. 30,51g Lip.

**JUEVES 7**  
Garbanzos Estofados  
Tortilla Fr de Jamón  
Verduras Dado  
P. Lácteo o Fruta, Pan y Agua  
872 Kcal. 44,21g Prot. 72,19g H.C. 41,79g Lip.

**VIERNES 8**  
Crema Hortelana  
Merluza Beurre Blanc  
Arroz Pilaf  
Fruta Temporada, Pan y Agua  
799 Kcal. 31,19g Prot. 76,53g H.C. 38,67g Lip.

**LUNES 11**  
Lentejas a la Madrileña  
Escalopines al Limón  
Verduras dado  
Fruta Temporada, Pan y Agua  
870 Kcal. 46,21g Prot. 79,63g H.C. 36,17g Lip.

**MARTES 12**  
Espirales a la Boloñesa  
Bacalao Orly  
Ens de Lechuga y Maíz  
P. Lácteo o Fruta, Pan y Agua  
876 Kcal. 32,32g Prot. 89,81g H.C. 41,99g Lip.

**MIÉRCOLES 13**  
Crema de Calabacín  
Huevos Revueltos con Atún  
Patatas Panadera  
Fruta Temporada, Pan y Agua  
809 Kcal. 21,91g Prot. 69,09g H.C. 46,92g Lip.

**JUEVES 14**  
FESTIVO

**VIERNES 15**  
Paella Valenciana  
Calamares a la Romana  
Zanahoria Dado  
Fruta Temporada, Pan y Agua  
745 Kcal. 33,38g Prot. 97,68g H.C. 22,55g Lip.

**LUNES 18**  
Macarrones con Atún  
Filete de Cerdo a la Plancha  
Guisantes Salteados  
Fruta Temporada, Pan y Agua  
806 Kcal. 33,42g Prot. 89,65g H.C. 32,22g Lip.

**MARTES 19**  
Judías Verdes con Bacon  
Croquetas y Empanadillas  
Verduras Dado  
P. Lácteo o Fruta, Pan y Agua  
583 Kcal. 29,57g Prot. 46,84g H.C. 29g Lip.

**MIÉRCOLES 20**  
Sopa de Cocido  
Cocido Completo  
Fruta Temporada, Pan y Agua  
781 Kcal. 32,89g Prot. 83,59g H.C. 34,56g Lip.

**JUEVES 21**  
Arroz al Horno  
Abadejo a la Espalda  
Ens de Lechuga y Cebolla  
P. Lácteo o Fruta, Pan y Agua  
836 Kcal. 37g Prot. 79,75g H.C. 40,22g Lip.

**VIERNES 22**  
Crema de Guisantes  
Tortilla de Jamón York  
Patatas Dado  
Fruta Temporada, Pan y Agua  
771 Kcal. 29,95g Prot. 68,53g H.C. 39,48g Lip.

**LUNES 25**  
Arroz Tres Delicias  
Filete Ruso  
Ens de Lechuga y Zanah  
Fruta Temporada, Pan y Agua  
867 Kcal. 29,91g Prot. 95,74g H.C. 38,63g Lip.

**MARTES 26**  
Crema de Calabaza  
Canelones al Horno  
Ens de Lechuga y Maíz  
P. Lácteo o Fruta, Pan y Agua  
658 Kcal. 21,82g Prot. 64,12g H.C. 33,22g Lip.

**MIÉRCOLES 27**  
Judías Blancas Estofadas  
Merluza a la Andaluza  
Ensalada Mixta  
Fruta Temporada, Pan y Agua  
849 Kcal. 45,71g Prot. 71,8g H.C. 37,59g Lip.

**JUEVES 28**  
Menestra Rehogada  
Tortilla Paisana  
Ens de Lechuga y Cebolla  
P. Lácteo o Fruta, Pan y Agua  
853 Kcal. 30,7g Prot. 55,45g H.C. 53,66g Lip.

**VIERNES 29**  
Sopa de Fideos  
Escalope de Pollo  
Ens de Lechuga y Tomate  
Fruta Temporada, Pan y Agua  
786 Kcal. 32g Prot. 74,75g H.C. 41,01g Lip.

SUGERENCIA DE CENA: Verdura y Huevo

SUGERENCIA DE CENA: Sopa y Pescado

SUGERENCIA DE CENA: Verdura y Pollo

SUGERENCIA DE CENA: Verdura y Lomo

SUGERENCIA DE CENA: Verdura y Pescado

**LEYENDA**

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

Todos los días habrá pan integral a disposición de los alumnos que lo deseen

1º, 2º y 3º de Primaria



**VIERNES 1**  
VACACIONES DE  
VERANO

**LUNES 4**  
Espaguetis con Tomate  
Hamburguesa a la Plancha  
Ensalada Mixta  
Fruta Temporada, Pan y Agua  
733 Kcal. 26,42g Prot. 70,51g H.C. 36,38g Lip.

SUGERENCIA DE CENA:  
Verdura y Pescado

**MARTES 5**  
Sopa de Lluvia  
Jamoncitos de Pollo al Ajillo  
Zanahoria baby  
P. Lácteo o Fruta, Pan y Agua  
496 Kcal. 21,73g Prot. 39,89g H.C. 29,06g Lip.

SUGERENCIA DE CENA:  
Verdura y Huevo

**MIÉRCOLES 6**  
Arroz con Verduras  
Cinta de Lomo a la Plancha  
Ensalada de Lechuga  
Fruta Temporada, Pan y Agua  
612 Kcal. 23,98g Prot. 71,48g H.C. 24,42g Lip.

SUGERENCIA DE CENA:  
Verdura y Lomo

**JUEVES 7**  
Garbanzos Estofados  
Tortilla Fr de Jamón  
Verduras Dado  
P. Lácteo o Fruta, Pan y Agua  
698 Kcal. 35,73g Prot. 57,76g H.C. 33,43g Lip.

SUGERENCIA DE CENA:  
Verdura y Pescado

**VIERNES 8**  
Crema Hortelana  
Merluza Beurre Blanc  
Arroz Pilaf  
Fruta Temporada, Pan y Agua  
640 Kcal. 24,95g Prot. 61,08g H.C. 30,93g Lip.

SUGERENCIA DE CENA:  
Sopa y Pollo

**LUNES 11**  
Lentejas a la Madrileña  
Escalopines al Limón  
Verduras dado  
Fruta Temporada, Pan y Agua  
696 Kcal. 37g Prot. 63,7g H.C. 28,95g Lip.

SUGERENCIA DE CENA:  
Verdura y Pescado

**MARTES 12**  
Espirales a la Boloñesa  
Bacalao Orly  
Ens de Lechuga y Maiz  
P. Lácteo o Fruta, Pan y Agua  
701 Kcal. 25,86g Prot. 71,85g H.C. 33,58g Lip.

SUGERENCIA DE CENA:  
Verdura y Pavo

**MIÉRCOLES 13**  
Crema de Calabacín  
Huevos Revueltos con Atún  
Patatas Panadera  
Fruta Temporada, Pan y Agua  
647 Kcal. 17,53g Prot. 55,26g H.C. 37,54g Lip.

SUGERENCIA DE CENA:  
Sopa y Pescado

**JUEVES 14**  
FESTIVO

**VIERNES 15**  
Paella Valenciana  
Calamares a la Romana  
Zanahoria Dado  
Fruta Temporada, Pan y Agua  
596 Kcal. 26,7g Prot. 78,14g H.C. 18,05g Lip.

SUGERENCIA DE CENA:  
Verdura y Lomo

**LUNES 18**  
Macarrones con Atún  
Filete de Cerdo a la Plancha  
Guisantes Salteados  
Fruta Temporada, Pan y Agua  
645 Kcal. 26,74g Prot. 71,7g H.C. 25,79g Lip.

SUGERENCIA DE CENA:  
Verdura y Pescado

**MARTES 19**  
Judías Verdes con Bacon  
Croquetas y Empanadillas  
Verduras Dado  
P. Lácteo o Fruta, Pan y Agua  
467 Kcal. 23,66g Prot. 37,47g H.C. 23,19g Lip.

SUGERENCIA DE CENA:  
Sopa y Huevo

**MIÉRCOLES 20**  
Sopa de Cocido  
Cocido Completo  
Fruta Temporada, Pan y Agua  
625 Kcal. 26,33g Prot. 66,86g H.C. 27,66g Lip.

SUGERENCIA DE CENA:  
Verdura y Pescado

**JUEVES 21**  
Arroz al Horno  
Abadejo a la Espalda  
Ens de Lechuga y Cebolla  
P. Lácteo o Fruta, Pan y Agua  
669 Kcal. 29,59g Prot. 63,8g H.C. 32,16g Lip.

SUGERENCIA DE CENA:  
Verdura y Pollo

**VIERNES 22**  
Crema de Guisantes  
Tortilla de Jamón York  
Patatas Dado  
Fruta Temporada, Pan y Agua  
617 Kcal. 23,96g Prot. 54,82g H.C. 31,59g Lip.

SUGERENCIA DE CENA:  
Verdura y Ternera

**LUNES 25**  
Arroz Tres Delicias  
Filete Ruso  
Ens de Lechuga y Zanah  
Fruta Temporada, Pan y Agua  
694 Kcal. 24g Prot. 76,59g H.C. 30,91g Lip.

SUGERENCIA DE CENA:  
Verdura y Huevo

**MARTES 26**  
Crema de Calabaza  
Canelones al Horno  
Ens de Lechuga y Maiz  
P. Lácteo o Fruta, Pan y Agua  
526 Kcal. 17,45g Prot. 51,31g H.C. 26,58g Lip.

SUGERENCIA DE CENA:  
Sopa y Pescado

**MIÉRCOLES 27**  
Judías Blancas Estofadas  
Merluza a la Andaluza  
Ensalada Mixta  
Fruta Temporada, Pan y Agua  
679 Kcal. 36,59g Prot. 57,44g H.C. 30,08g Lip.

SUGERENCIA DE CENA:  
Verdura y Pollo

**JUEVES 28**  
Menestra Rehogada  
Tortilla Paisana  
Ens de Lechuga y Cebolla  
P. Lácteo o Fruta, Pan y Agua  
682 Kcal. 24,6g Prot. 44,36g H.C. 42,91g Lip.

SUGERENCIA DE CENA:  
Verdura y Lomo

**VIERNES 29**  
Sopa de Fideos  
Escalope de Pollo  
Ens de Lechuga y Tomate  
Fruta Temporada, Pan y Agua  
629 Kcal. 25,6g Prot. 59,79g H.C. 32,82g Lip.

SUGERENCIA DE CENA:  
Verdura y Pescado

**LEYENDA**

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

Todos los días habrá pan integral a disposición de los alumnos que lo deseen

**Infantil**

