

MES: Noviembre 2025 - Nombre del Colegio -

Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes
Contenidos en nutrientes correspondientes a una población escolar entre los 9 y los 13 años. Los valores para el rango de 3 a 8 años corresponden a un 80% de los indicados en este menú. TODOS LOS MENÚS IRÁN ACOMPAÑADOS DE AGUA				
3 FESTIVO	4 Crema de champiñones Albóndigas con tomate con patatas dado Fruta y pan integral	5 Menestra de verduras salteadas Tortilla francesa de jamón york con ensalada de lechuga y maíz Fruta y pan	6 Alubias estofadas con verduras Abadejo a la donostiarra con ensalada de lechuga y zanahoria Yogur y pan integral	7 Pasta con salsa de zanahoria Pollo a la barbacoa con pisto Fruta y pan
10 Salteado de borraja con patatas Lomo a la plancha con ensalada de lechuga y zanahoria Fruta y pan	11 Vichyssoise de garbanzos Pastel de salmón con tomate sobre patata al romero Fruta y pan integral	12 Arroz a la napolitana Tortilla de calabacín con ensalada de lechuga y maíz Fruta y pan	13 Guiso de lentejas con manzana Merluza con pil pil de tomate con ensalada de lechuga y aceitunas negras Yogur y pan integral	14 Sopa de pasta Pollo asado con salteado de verduras Fruta y pan
17 Puré de patata, puerro y zanahorias Hamburguesa mixta con arroz salteado Fruta y pan	18 Paella de verduras Abadejo a la bilbaína con ensalada de lechuga y tomate Fruta y pan integral	19 Salteado de menestra de verduras al ajo tostado Pollo asado con tomillo con ensalada de lechuga y zanahoria Fruta y pan	20 Alubias estofadas con verduras Tortilla francesa de pavo con ensalada de lechuga y tomate Yogur y pan integral	21 Pasta con salsa de tomate Rabas de calamar con ensalada Fruta y pan
24 Salteado de acelgas con patatas Filete de merluza al horno con vinagreta de citricos con ensalada de lechuga y tomate Fruta y pan	25 Arroz tres delicias Tortilla francesa de queso con ensalada de lechuga y aceitunas negras Fruta y pan integral	26 Crema de zanahoria con manzana Pollo asado al romero con patatas dado Fruta y pan	27 Pasta integral a la napolitana Tortilla de calabacín con ensalada de lechuga y aceitunas Yogur y pan integral	28 Lentejas estofadas con verduras Lomo adobado con ensalada de lechuga y maíz Fruta y pan