

MES: Mayo 2026

- Nombre del Colegio -

Lunes

Martes

Miércoles

Jueves

Viernes

1

FESTIVO

4

Arroz salteado
Filete de abadejo a la andaluza
con ensalada fresca con maíz
dulce
Fruta y pan

VE:3.035/726 GT:15 GS:1 HC:118 AZ:25 PROT:35 SAL:1

5

Salteado de coliflor con patatas
Salchichas frescas de pavo con
patatas dado
Fruta y pan integral

VE:3.319/794 GT:35 GS:6 HC:127 AZ:33 PROT:41 SAL:1

6

Crema casera de calabaza dulce
Garbanzos con espinacas
tiernas con huevo duro
Fruta y pan

VE:3.056/731 GT:17 GS:1 HC:94 AZ:30 PROT:23 SAL:2

7

Sopa marinera de pescado y
fideos con pasta integral (eco.)
Lomo fresco a la plancha con
ensalada fresca con aceitunas
negras
Yogur y pan integral

VE:3.281/785 GT:35 GS:7 HC:74 AZ:9 PROT:40 SAL:1

8

Alubias pintas guisadas con
verduras
Huevos revueltos con atún con
ensalada fresca de lechuga con
remolacha
Fruta y pan

VE:3.285/786 GT:21 GS:2 HC:108 AZ:29 PROT:50 SAL:2

11

Macarrones integrales (eco.)
Jamoncitos de pollo al limón con
ensalada de lechuga y zanahoria
rallada
Fruta y pan

VE:3.306/791 GT:21 GS:3 HC:109 AZ:28 PROT:47 SAL:2

12

Lentejas con verduras de
temporada
Huevos con mayonesa de atún
con ensalada fresca con
aceitunas negras
Fruta y pan integral

VE:3.185/762 GT:24 GS:4 HC:109 AZ:26 PROT:31 SAL:1

13

Salteado de borraja con patatas
Magro al ajillo con dados de
zanahorias y calabacín
Fruta y pan

VE:3.047/729 GT:25 GS:5 HC:84 AZ:28 PROT:34 SAL:2

14

Arroz salteado
Filete de merluza a la plancha
con ajo y perejil con ensalada
fresca con maíz dulce
Yogur y pan integral

VE:3.081/737 GT:12 GS:3 HC:87 AZ:8 PROT:35 SAL:2

15

Crema de puerros con daditos
de manzana
Garbanzos estofados con arroz
Fruta y pan

VE:3.285/786 GT:9 GS:0 HC:149 AZ:33 PROT:24 SAL:1

18

Lentejas con verduras de
temporada
Lomo a la plancha con arroz
salteado al ajillo
Fruta y pan

VE:3.051/730 GT:16 GS:1 HC:114 AZ:35 PROT:28 SAL:2

19

Arroz tres delicias clásico
Abadejo a la donostiarra con
ensalada fresca de lechuga con
remolacha
Fruta y pan integral

VE:3.085/738 GT:25 GS:2 HC:103 AZ:23 PROT:34 SAL:1

20

Sopa de pasta con pasta integral
(eco.)
Pollo asado con pisto
Fruta y pan

VE:3.060/732 GT:12 GS:2 HC:107 AZ:27 PROT:47 SAL:1

21

Alubias estofadas con verduras
Tortilla de patatas con ensalada
fresca de lechuga con remolacha
Yogur y pan integral

VE:3.093/740 GT:25 GS:6 HC:87 AZ:14 PROT:41 SAL:1

22

Menestra de verduras salteadas
Suprema de salmón al limón con
ensalada de lechuga y cebolla
Fruta y pan

VE:3.240/775 GT:34 GS:7 HC:81 AZ:74 PROT:31 SAL:1

25

Paella de verduras
Jamoncitos de pollo al horno con
ensalada fresca con aceitunas
negras
Fruta y pan

VE:3.285/786 GT:18 GS:3 HC:149 AZ:26 PROT:50 SAL:1

26

Sopa de pasta con pasta integral
Magro en salsa con ensalada de
lechuga, pepino y maíz
Fruta y pan integral

VE:3.106/743 GT:13 GS:2 HC:102 AZ:26 PROT:40 SAL:2

27

Salteado de guisantes con
jamón
Tortilla de patata y calabacín con
ensalada fresca con maíz dulce
Fruta y pan

VE:3.177/760 GT:17 GS:2 HC:122 AZ:27 PROT:25 SAL:1

28

Crema de zanahoria (eco.)
Estofado de pavo
Yogur y pan integral

VE:3.068/734 GT:13 GS:4 HC:103 AZ:17 PROT:24 SAL:1

29

Garbanzos estofados con
verduras
- Filete de merluza al horno con
patatas dado
Fruta y pan

VE:3.302/790 GT:41 GS:4 HC:124 AZ:35 PROT:50 SAL:1