

MES: Mayo 2026

- Nombre del Colegio -

Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes
<p>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. Estos menús cumplen con el RD 315/2025 en cuanto a la información de los alérgenos disponiendo de ella en el comedor del centro o a través del responsable. LAS FRUTAS SERVIDAS SERÁN MANZANA, PERA, PLÁTANO Y NARANJA.</p>				<p>1</p> <p>FESTIVO</p>
<p>4 Arroz con salsa de tomate Lentejas estofadas con verduras con ensalada fresca con maíz dulce Fruta y pan</p> <p>VE:3.035/726 GT:15 GS:1 HC:118 AZ:25 PROT:35 SAL:1</p>	<p>5 Salteado de coliflor con patatas Tortilla francesa con patatas dado Fruta y pan integral</p> <p>VE:3.319/794 GT:35 GS:6 HC:127 AZ:33 PROT:41 SAL:1</p>	<p>6 Crema casera de calabaza dulce Garbanzos con espinacas tiernas con huevo duro Fruta y pan</p> <p>VE:3.056/731 GT:17 GS:1 HC:94 AZ:30 PROT:23 SAL:2</p>	<p>7 Sopa de verduras Guisantes salteados con ensalada fresca con aceitunas negras Yogur y pan integral</p> <p>VE:3.281/785 GT:35 GS:7 HC:74 AZ:9 PROT:40 SAL:1</p>	<p>8 Alubias pintas guisadas con verduras Huevos revueltos con ensalada fresca de lechuga con tomate Fruta y pan</p> <p>VE:3.285/786 GT:21 GS:2 HC:108 AZ:29 PROT:50 SAL:2</p>
<p>11 Macarrones integrales (eco.) con salsa de tomate Lentejas estofadas con verduras con ensalada de lechuga y zanahoria rallada Fruta y pan</p> <p>VE:3.306/791 GT:21 GS:3 HC:109 AZ:28 PROT:47 SAL:2</p>	<p>12 Lentejas con verduras de temporada Huevos con tomate con ensalada fresca con aceitunas negras Fruta y pan integral</p> <p>VE:3.185/762 GT:24 GS:4 HC:109 AZ:26 PROT:31 SAL:1</p>	<p>13 Salteado de borraja con patatas Tortilla francesa con dados de zanahorias y calabacín Fruta y pan</p> <p>VE:3.047/729 GT:25 GS:5 HC:84 AZ:28 PROT:34 SAL:2</p>	<p>14 Arroz a la napolitana Alubias estofadas con verduras con ensalada fresca con maíz dulce Yogur y pan integral</p> <p>VE:3.081/737 GT:12 GS:3 HC:87 AZ:8 PROT:35 SAL:2</p>	<p>15 Crema de puerros con daditos de manzana Garbanzos estofados con arroz Fruta y pan</p> <p>VE:3.285/786 GT:9 GS:0 HC:149 AZ:33 PROT:24 SAL:1</p>
<p>18 Lentejas con verduras de temporada Albóndigas veggie con salsa de tomate con arroz salteado al ajillo Fruta y pan</p> <p>VE:3.051/730 GT:16 GS:1 HC:114 AZ:35 PROT:28 SAL:2</p>	<p>19 Arroz con salsa de tomate Garbanzos estofados con ensalada fresca de lechuga con tomate Fruta y pan integral</p> <p>VE:3.085/738 GT:25 GS:2 HC:103 AZ:23 PROT:34 SAL:1</p>	<p>20 Sopa de verduras Tortilla francesa con ensalada de lechuga y zanahoria rallada Fruta y pan</p> <p>VE:3.060/732 GT:12 GS:2 HC:107 AZ:27 PROT:47 SAL:1</p>	<p>21 Alubias estofadas con verduras Guisantes salteados con ensalada fresca de lechuga con remolacha Yogur y pan integral</p> <p>VE:3.093/740 GT:25 GS:6 HC:87 AZ:14 PROT:41 SAL:1</p>	<p>22 Menestra de verduras salteadas Tortilla francesa con ensalada de lechuga y cebolla Fruta y pan</p> <p>VE:3.240/775 GT:34 GS:7 HC:81 AZ:74 PROT:31 SAL:1</p>
<p>25 Paella de verduras Tortilla francesa con ensalada fresca con aceitunas negras Fruta y pan</p> <p>VE:3.285/786 GT:18 GS:3 HC:149 AZ:26 PROT:50 SAL:1</p>	<p>26 Sopa de verduras Garbanzos estofados con ensalada de lechuga, pepino y maíz Fruta y pan integral</p> <p>VE:3.106/743 GT:13 GS:2 HC:102 AZ:26 PROT:40 SAL:2</p>	<p>27 Guisantes salteados Lentejas estofadas con verduras con ensalada fresca con maíz dulce Fruta y pan</p> <p>VE:3.177/760 GT:17 GS:2 HC:122 AZ:27 PROT:25 SAL:1</p>	<p>28 Crema de zanahoria (eco.) Arroz con boloñesa de soja texturizada Yogur y pan integral</p> <p>VE:3.068/734 GT:13 GS:4 HC:103 AZ:17 PROT:24 SAL:1</p>	<p>29 Garbanzos estofados con verduras Tortilla francesa con patatas dado Fruta y pan</p> <p>VE:3.302/790 GT:41 GS:4 HC:124 AZ:35 PROT:50 SAL:1</p>