

MES: Mayo 2026

- Nombre del Colegio -

Lunes

Martes

Miércoles

Jueves

Viernes

SIN LENTEJAS, LTP (NO PRUNACEAS) LAVAR Y PELAR FRUTA

1

FESTIVO

4

Arroz con salsa de tomate
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 tomate
Fruta y pan

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

11

Macarrones integrales (eco.) con salsa de tomate
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

Verduras salteadas
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 a la napolitana
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

Verduras salteadas
Albóndigas veggie con salsa de tomate 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 tomate
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 chilindrón 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.)
Arroz con boloñesa de soja texturizada
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
Merluza con pil pil de tomate con patatas dado
Fruta y pan

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