

Menú Adaptado

MES: Mayo 2025

- Nombre del Colegio -

Lunes

Martes

Miércoles

Jueves

Viernes

SIN LENTEJAS, LTP NO
PRUNACEAS, LAVAR Y PELAR
TODAS LAS FRUTAS

FESTIVO

FESTIVO

5
Espaguetis (integrales) con
salsa napolitana (tomate,
calabacín y albahaca)
Magro en salsa con dados de
zanahorias y calabacín
Fruta y pan

VE:3.072/735 GT:24 GS:2 HC:86 AZ:28 PROT:35 SAL:2

6
Sopa de fideos
Abadejo a la bilbaína con
ensalada de lechuga y
remolacha
Fruta y pan integral

VE:3.168/758 GT:18 GS:2 HC:115 AZ:29 PROT:44 SAL:2

7
Crema de calabacín y zanahoria
Jamoncitos de pollo al limón con
patatas asadas con tomate y
cebolla
Fruta y pan

VE:3.089/739 GT:14 GS:2 HC:79 AZ:28 PROT:40 SAL:1

8
Alubias estofadas con calabaza
y patata
Tortilla francesa de jamón york
con ensalada de lechuga, pepino
y maíz
Yogur y pan integral

VE:3.072/735 GT:21 GS:6 HC:65 AZ:13 PROT:35 SAL:1

9
Patatas a la riojana
Filete de merluza al horno con
vinagreta de citricos con
ensalada de lechuga y tomate
Fruta y pan

VE:3.315/793 GT:17 GS:3 HC:96 AZ:28 PROT:34 SAL:2

12
Pasta (integral) con salsa de
tomate
Filete de lenguadina a la plancha
con ensalada de lechuga y
aceitunas negras
Fruta y pan

VE:3.306/791 GT:13 GS:1 HC:109 AZ:26 PROT:35 SAL:2

13
Garbanzos estofados con
verduras
Tortilla de patatas con cubos de
calabacín
Fruta y pan integral

VE:3.269/782 GT:21 GS:3 HC:128 AZ:37 PROT:45 SAL:1

14
Crema parmentier con crujiente
de bacon
Jamoncitos de pollo al limón con
ensalada de lechuga y zanahoria
rallada
Fruta y pan

VE:3.060/732 GT:21 GS:5 HC:88 AZ:29 PROT:43 SAL:1

15
Sopa de fideos
Filete de caballa con pisto
Yogur y pan integral

VE:3.194/764 GT:29 GS:7 HC:87 AZ:12 PROT:43 SAL:1

16
Rehogado de col y patata con
bacon
Tortilla francesa con ensalada
de lechuga, tomate y cebolla
Fruta y pan

VE:3.281/785 GT:19 GS:4 HC:81 AZ:29 PROT:26 SAL:1

19
Sopa de estrellas
Pollo a la barbacoa con patatas
panaderas
Fruta y pan

VE:3.194/764 GT:4 GS:1 HC:85 AZ:33 PROT:33 SAL:1

20
Garbanzos estofados con arroz y
espinacas
Tortilla francesa con atún con
ensalada de lechuga, pepino y
maíz
Fruta y pan integral

VE:3.235/774 GT:19 GS:3 HC:88 AZ:28 PROT:31 SAL:1

21
Arroz a la napolitana
Lomo asado con salsa de
manzana con ensalada de
lechuga y tomate
Fruta y pan

VE:3.072/735 GT:19 GS:4 HC:86 AZ:31 PROT:39 SAL:2

22
Alubias pintas estofadas con
arroz integral
Abadejo a la donostiarra con
ensalada de lechuga y
remolacha
Yogur y pan integral

VE:3.319/794 GT:31 GS:6 HC:62 AZ:12 PROT:43 SAL:1

23
Salteado de acelgas frescas
(eco.)
Wok de pavo con verduritas
Fruta y pan

VE:3.256/779 GT:50 GS:3 HC:93 AZ:28 PROT:22 SAL:2

26
Arroz con salsa de tomate
Tortilla francesa con ensalada de
lechuga y maíz
Fruta y pan

VE:3.072/735 GT:11 GS:1 HC:119 AZ:27 PROT:21 SAL:1

27
Garbanzos estofados con
verduras
Suprema de salmón al limón con
ensalada de lechuga y aceitunas
negras
Fruta y pan integral

VE:3.311/792 GT:37 GS:4 HC:117 AZ:35 PROT:53 SAL:1

28
Sopa de fideos
Salteado de cerdo con pisto
suave
Fruta y pan

VE:3.093/740 GT:15 GS:3 HC:84 AZ:29 PROT:34 SAL:1

29
Crema de zanahoria fresca
Merluza con pil pil de tomate con
patatas panaderas
Yogur y pan integral

VE:3.210/768 GT:27 GS:6 HC:67 AZ:15 PROT:34 SAL:1

30
Patatas estofadas
Tortilla francesa de jamón york
con ensalada de lechuga y
aceitunas negras
Fruta y pan

VE:3.168/758 GT:22 GS:4 HC:111 AZ:25 PROT:28 SAL:2