

MENÚ ELABORADO POR EL DEPARTAMENTO DE NUTRICIÓN DE aramark

MES: Abril 2025

CPI ARCOSUR

Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes	Sábado	Domingo
<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</p>	<p>1 Garbanzos (eco.) con espinacas con arroz integral Tortilla francesa con atún con ensalada de lechuga, pepino y maíz Fruta y pan integral (*) 1º Verdura 2º Pescado con Arroz y Fruta VE:3.235/774 GT:24 GS:3 HC:114 AZ:28 PROT:36 SAL:2</p>	<p>2 Sopa de estrellas Lomo asado con salsa de manzana con ensalada de lechuga y tomate Fruta y pan (*) 1º Verdura 2º Pescado con Patatas y Lácteos VE:3.072/735 GT:15 GS:4 HC:86 AZ:31 PROT:40 SAL:2</p>	<p>3 Alubias pintas estofadas con arroz integral Abadejo a la donostiarra con ensalada de lechuga y remolacha Yogur y pan integral (*) 1º Verdura 2º Huevos con Patatas y Fruta VE:3.319/794 GT:31 GS:6 HC:62 AZ:12 PROT:43 SAL:1</p>	<p>4 Salteado de acelgas frescas (eco.) Pollo a la barbacoa con patatas panaderas Fruta y pan (*) 1º Arroz 2º Huevos con Verdura y Lácteos VE:3.256/779 GT:50 GS:3 HC:93 AZ:28 PROT:22 SAL:2</p>	<p>5 1º Verdura 2º Carne con Pasta y Lácteos 1º Pasta 2º Pescado con Verdura y Fruta</p>	<p>6 1º Verdura 2º Pescado con Legumbres y Lácteos 1º Patatas 2º Carne con Verdura y Fruta</p>
<p>7 Arroz con salsa de tomate Tortilla francesa con cebolla y calabacín con ensalada de lechuga y maíz Fruta y pan (*) 1º Verdura 2º Carne con Pasta y Fruta VE:3.076/736 GT:11 GS:1 HC:119 AZ:27 PROT:21 SAL:1</p>	<p>8 Garbanzos estofados con verduras Suprema de salmón al limón con ensalada de lechuga y aceitunas negras Fruta y pan integral (*) 1º Verdura 2º Carne con Arroz y Fruta VE:3.311/792 GT:22 GS:2 HC:113 AZ:35 PROT:55 SAL:1</p>	<p>9 Macarrones con salsa de tomate Salteado de cerdo con pisto suave Fruta y pan (*) 1º Verdura 2º Pescado con Verdura y Fruta VE:3.076/736 GT:2 GS:0 HC:78 AZ:27 PROT:11 SAL:0</p>	<p>10 Crema de zanahoria Merluza con pil pil de tomate con patatas panaderas Yogur y pan integral (*) 1º Arroz 2º Carne con Verdura y Fruta VE:3.210/768 GT:27 GS:6 HC:67 AZ:15 PROT:34 SAL:1</p>	<p>11 Lentejas (eco) estofadas con verduras Tortilla francesa con ensalada de lechuga, pimiento y aceitunas negras Fruta y pan (*) 1º Verdura 2º Carne con Pasta y Lácteos VE:3.168/758 GT:19 GS:3 HC:109 AZ:25 PROT:27 SAL:2</p>	<p>12 1º Patatas 2º Huevos con Verdura y Lácteos 1º Verdura 2º Pescado con Patatas y Lácteos</p>	<p>13 1º Pasta 2º Carne con Verdura y Lácteos 1º Verdura 2º Pescado con Legumbres y Lácteos</p>
<p>14 VACACIONES SEMANA SANTA 1º Arroz 2º Pescado con Verdura y Fruta (*) 1º Verdura 2º Carne con Pasta y Lácteos</p>	<p>15 VACACIONES SEMANA SANTA 1º Pasta 2º Carne con Verdura y Fruta (*) 1º Verdura 2º Huevos con Patatas y Lácteos</p>	<p>16 VACACIONES SEMANA SANTA 1º Legumbres 2º Huevos con Verdura y Lácteos (*) 1º Verdura 2º Carne con Patatas y Fruta</p>	<p>17 VACACIONES SEMANA SANTA 1º Arroz 2º Carne con Verdura y Lácteos (*) 1º Verdura 2º Pescado con Legumbres y Fruta</p>	<p>18 VACACIONES SEMANA SANTA 1º Pasta 2º Carne con Verdura y Lácteos (*) 1º Verdura 2º Pescado con Arroz y Fruta</p>	<p>19 1º Verdura 2º Huevos con Patatas y Fruta 1º Legumbres 2º Pescado con Verdura y Fruta</p>	<p>20 1º Verdura 2º Carne con Pasta y Lácteos 1º Patatas 2º Pescado con Verdura y Fruta</p>
<p>21 VACACIONES SEMANA SANTA 1º Pasta 2º Carne con Verdura y Fruta (*) 1º Verdura 2º Huevos con Legumbres y Lácteos</p>	<p>22 Lentejas (eco) estofadas con verduras Tortilla de patatas con ensalada de lechuga, pepino y aceitunas Fruta y pan integral (*) 1º Verdura 2º Carne con Patatas y Fruta VE:3.244/776 GT:22 GS:3 HC:122 AZ:26 PROT:30 SAL:2</p>	<p>23 FESTIVO 1º Arroz 2º Pescado con Verdura y Fruta (*) 1º Verdura 2º Carne con Pasta y Fruta</p>	<p>24 Salteado de brócoli con patatas Pollo asado con tomillo con ensalada de lechuga y tomate Yogur y pan integral (*) 1º Pasta 2º Huevos con Patatas y Fruta VE:3.290/787 GT:19 GS:6 HC:47 AZ:13 PROT:48 SAL:1</p>	<p>25 Alubias pintas estofadas con arroz integral Caballa al horno y aliño de limón con ensalada de lechuga y remolacha Fruta y pan (*) 1º Verdura 2º Carne con Pasta y Lácteos VE:3.311/792 GT:27 GS:5 HC:85 AZ:27 PROT:34 SAL:1</p>	<p>26 1º Patatas 2º Carne con Verdura y Lácteos 1º Verdura 2º Pescado con Arroz y Fruta</p>	<p>27 1º Verdura 2º Pescado con Patatas y Lácteos 1º Arroz 2º Carne con Verdura y Lácteos</p>
<p>28 Arroz con salsa de tomate Tortilla francesa con atún con ensalada de lechuga y maíz Fruta y pan (*) 1º Verdura 2º Carne con Patatas y Lácteos VE:3.076/736 GT:16 GS:3 HC:116 AZ:25 PROT:26 SAL:1</p>	<p>29 Garbanzos estofados con espinacas y huevo duro Suprema de salmón al limón con ensalada de lechuga y aceitunas negras Fruta y pan integral (*) 1º Verdura 2º Carne con Pasta y Lácteos VE:3.331/797 GT:14 GS:1 HC:108 AZ:34 PROT:28 SAL:1</p>	<p>30 Sopa marinera de pescado y fideos Salteado de cerdo con pisto suave Fruta y pan (*) 1º Verdura 2º Pescado con Verdura y Fruta VE:3.093/740 GT:8 GS:1 HC:84 AZ:26 PROT:29 SAL:1</p>				

(*) Recomendación cena (**) Recomendación comida // A partir de 18 meses

MES: Abril 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

1
Garbanzos (eco.) con espinacas con arroz integral
Magro a la plancha con ensalada de lechuga, pepino y maíz
Fruta y pan integral

VE:3.235/774 GT:24 GS:3 HC:114 AZ:28 PROT:36 SAL:2

2
Sopa de pasta (sin huevo)
Lomo asado con salsa de manzana con ensalada de lechuga y tomate
Fruta y pan

VE:3.072/735 GT:15 GS:4 HC:86 AZ:31 PROT:40 SAL:2

3
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

4
Salteado de acelgas frescas (eco.)
Pollo a la barbacoa con patatas panaderas
Fruta y pan

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

7
Arroz con salsa de tomate
Pechuga de pollo a la plancha con ensalada de lechuga y maíz
Fruta y pan

VE:3.076/736 GT:11 GS:1 HC:119 AZ:27 PROT:21 SAL:1

8
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:22 GS:2 HC:113 AZ:35 PROT:55 SAL:1

9
Macarrones (sin huevo) con salsa de tomate
Salteado de cerdo con pisto suave
Fruta y pan

VE:3.076/736 GT:2 GS:0 HC:78 AZ:27 PROT:11 SAL:0

10
Crema de zanahoria
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

11
Lentejas (eco) estofadas con verduras
Magro a la plancha con ensalada de lechuga, pimiento y aceitunas negras
Fruta y pan

VE:3.168/758 GT:19 GS:3 HC:109 AZ:25 PROT:27 SAL:2

14
VACACIONES SEMANA SANTA

15
VACACIONES SEMANA SANTA

16
VACACIONES SEMANA SANTA

17
VACACIONES SEMANA SANTA

18
VACACIONES SEMANA SANTA

21
VACACIONES SEMANA SANTA

22
Lentejas (eco) estofadas con verduras
Magro a la plancha con ensalada de lechuga, pepino y aceitunas
Fruta y pan integral

VE:3.244/776 GT:22 GS:3 HC:122 AZ:26 PROT:30 SAL:2

23
FESTIVO

24
Salteado de brócoli con patatas
Pollo asado con tomillo con ensalada de lechuga y tomate
Yogur y pan integral

VE:3.290/787 GT:19 GS:6 HC:47 AZ:13 PROT:48 SAL:1

25
Alubias pintas estofadas con arroz integral
Caballa al horno y aliño de limón con ensalada de lechuga y remolacha
Fruta y pan

VE:3.311/792 GT:27 GS:5 HC:85 AZ:27 PROT:34 SAL:1

28
Arroz con salsa de tomate
Estofado de pavo con ensalada de lechuga y maíz
Fruta y pan

VE:3.076/736 GT:16 GS:3 HC:116 AZ:25 PROT:26 SAL:1

29
Garbanzos estofados con verduras
Suprema de salmón al limón con ensalada de lechuga y aceitunas negras
Fruta y pan integral

VE:3.331/797 GT:14 GS:1 HC:108 AZ:34 PROT:28 SAL:1

30
Sopa de pasta (sin huevo)
Salteado de cerdo con pisto suave
Fruta y pan

VE:3.093/740 GT:8 GS:1 HC:84 AZ:26 PROT:29 SAL:1

MES: Abril 2025

- Nombre del Colegio -

Lunes

Martes

Miércoles

Jueves

Viernes

SIN HUEVO, ANACARDOS,
PISTACHOS, LENTEJAS NI
GUISANTES

1
Garbanzos (eco.) con espinacas
con arroz integral
Magro a la plancha con ensalada
de lechuga, pepino y maíz
Fruta y pan

VE:3.235/774 GT:24 GS:3 HC:114 AZ:28 PROT:36 SAL:2

2
Sopa de pasta (sin huevo)
Lomo asado con salsa de
manzana con ensalada de
lechuga y tomate
Fruta y pan

VE:3.072/735 GT:15 GS:4 HC:86 AZ:31 PROT:40 SAL:2

3
Alubias pintas estofadas con
arroz integral
Abadejo a la donostiarra con
ensalada de lechuga y
remolacha
Yogur y pan

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

4
Salteado de acelgas frescas
(eco.)
Pollo a la barbacoa con patatas
panaderas
Fruta y pan

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

7
Arroz con salsa de tomate
Pechuga de pollo a la plancha
con ensalada de lechuga y maíz
Fruta y pan

VE:3.076/736 GT:11 GS:1 HC:119 AZ:27 PROT:21 SAL:1

8
Garbanzos estofados con
verduras
Suprema de salmón al limón con
ensalada de lechuga y aceitunas
negras
Fruta y pan

VE:3.311/792 GT:22 GS:2 HC:113 AZ:35 PROT:55 SAL:1

9
Macarrones (sin huevo) con
salsa de tomate
Salteado de cerdo con pisto
suave
Fruta y pan

VE:3.076/736 GT:2 GS:0 HC:78 AZ:27 PROT:11 SAL:0

10
Crema de zanahoria
Merluza con pil pil de tomate con
patatas panaderas
Yogur y pan

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

11
Patatas estofadas
Magro a la plancha con
ensalada de lechuga, pimiento y
aceitunas negras
Fruta y pan

VE:3.168/758 GT:19 GS:3 HC:109 AZ:25 PROT:27 SAL:2

**VACACIONES SEMANA
SANTA**

22
Patatas estofadas
Magro a la plancha con ensalada
de lechuga, pepino y aceitunas
Fruta y pan

VE:3.244/776 GT:22 GS:3 HC:122 AZ:26 PROT:30 SAL:2

FESTIVO

24
Salteado de brócoli con patatas
Pollo asado con tomillo con
ensalada de lechuga y tomate
Yogur y pan

VE:3.290/787 GT:19 GS:6 HC:47 AZ:13 PROT:48 SAL:1

25
Alubias pintas estofadas con
arroz integral
Caballa al horno y aliño de limón
con ensalada de lechuga y
remolacha
Fruta y pan

VE:3.311/792 GT:27 GS:5 HC:85 AZ:27 PROT:34 SAL:1

28
Arroz con salsa de tomate
Estofado de pavo con ensalada
de lechuga y maíz
Fruta y pan

VE:3.076/736 GT:16 GS:3 HC:116 AZ:25 PROT:26 SAL:1

29
Garbanzos estofados con
verduras
Suprema de salmón al limón con
ensalada de lechuga y aceitunas
negras
Fruta y pan

VE:3.331/797 GT:14 GS:1 HC:108 AZ:34 PROT:28 SAL:1

30
Sopa de pasta (sin huevo)
Salteado de cerdo con pisto
suave
Fruta y pan

VE:3.093/740 GT:8 GS:1 HC:84 AZ:26 PROT:29 SAL:1

MES: Abril 2025

- Nombre del Colegio -

Lunes

Martes

Miércoles

Jueves

Viernes

<p>SIN HUEVO NI PESCADO BLANCO</p>	<p>1 Garbanzos (eco.) con espinacas con arroz integral Magro a la plancha con ensalada de lechuga, pepino y maíz Fruta y pan integral VE:3.235/774 GT:24 GS:3 HC:114 AZ:28 PROT:36 SAL:2</p>	<p>2 Sopa de pasta (sin huevo) Lomo asado con salsa de manzana con ensalada de lechuga y tomate Fruta y pan VE:3.072/735 GT:15 GS:4 HC:86 AZ:31 PROT:40 SAL:2</p>	<p>3 Alubias pintas estofadas con arroz integral Hamburguesa a la plancha 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</p>	<p>4 Salteado de acelgas frescas (eco.) Pollo a la barbacoa con patatas panaderas Fruta y pan VE:3.256/779 GT:50 GS:3 HC:93 AZ:28 PROT:22 SAL:2</p>
<p>7 Arroz con salsa de tomate Pechuga de pollo a la plancha con ensalada de lechuga y maíz Fruta y pan VE:3.076/736 GT:11 GS:1 HC:119 AZ:27 PROT:21 SAL:1</p>	<p>8 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:22 GS:2 HC:113 AZ:35 PROT:55 SAL:1</p>	<p>9 Macarrones (sin huevo) con salsa de tomate Salteado de cerdo con pisto suave Fruta y pan VE:3.076/736 GT:2 GS:0 HC:78 AZ:27 PROT:11 SAL:0</p>	<p>10 Crema de zanahoria Hamburguesa a la plancha con patatas panaderas Yogur y pan integral VE:3.210/768 GT:27 GS:6 HC:67 AZ:15 PROT:34 SAL:1</p>	<p>11 Lentejas (eco) estofadas con verduras Magro a la plancha con ensalada de lechuga, pimiento y aceitunas negras Fruta y pan VE:3.168/758 GT:19 GS:3 HC:109 AZ:25 PROT:27 SAL:2</p>
<p>14 VACACIONES SEMANA SANTA</p>	<p>15 VACACIONES SEMANA SANTA</p>	<p>16 VACACIONES SEMANA SANTA</p>	<p>17 VACACIONES SEMANA SANTA</p>	<p>18 VACACIONES SEMANA SANTA</p>
<p>21 VACACIONES SEMANA SANTA</p>	<p>22 Lentejas (eco) estofadas con verduras Magro a la plancha con ensalada de lechuga, pepino y aceitunas Fruta y pan integral VE:3.244/776 GT:22 GS:3 HC:122 AZ:26 PROT:30 SAL:2</p>	<p>23 FESTIVO</p>	<p>24 Salteado de brócoli con patatas Pollo asado con tomillo con ensalada de lechuga y tomate Yogur y pan integral VE:3.290/787 GT:19 GS:6 HC:47 AZ:13 PROT:48 SAL:1</p>	<p>25 Alubias pintas estofadas con arroz integral Caballa al horno y aliño de limón con ensalada de lechuga y remolacha Fruta y pan VE:3.311/792 GT:27 GS:5 HC:85 AZ:27 PROT:34 SAL:1</p>
<p>28 Arroz con salsa de tomate Estofado de pavo con ensalada de lechuga y maíz Fruta y pan VE:3.076/736 GT:16 GS:3 HC:116 AZ:25 PROT:26 SAL:1</p>	<p>29 Garbanzos estofados con verduras Suprema de salmón al limón con ensalada de lechuga y aceitunas negras Fruta y pan integral VE:3.331/797 GT:14 GS:1 HC:108 AZ:34 PROT:28 SAL:1</p>	<p>30 Sopa de pasta (sin huevo) Salteado de cerdo con pisto suave Fruta y pan VE:3.093/740 GT:8 GS:1 HC:84 AZ:26 PROT:29 SAL:1</p>		

MES: Abril 2025

- Nombre del Colegio -

Lunes

Martes

Miércoles

Jueves

Viernes

SIN GLUTEN NI LACTOSA

1
Garbanzos (eco.) con espinacas
con arroz integral
Tortilla francesa con atún con
ensalada de lechuga, pepino y
maíz
Fruta y pan (sin gluten)

VE:3.235/774 GT:24 GS:3 HC:114 AZ:28 PROT:36 SAL:2

2
Sopa de pasta (sin gluten)
Lomo asado con salsa de
manzana con ensalada de
lechuga y tomate
Fruta y pan (sin gluten)

VE:3.072/735 GT:15 GS:4 HC:86 AZ:31 PROT:40 SAL:2

3
Alubias pintas estofadas con
arroz integral
Abadejo a la donostiarra con
ensalada de lechuga y
remolacha
Yogur de soja y pan (sin gluten)

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

4
Salteado de acelgas frescas
(eco.)
Pollo a la barbacoa con patatas
panaderas
Fruta y pan (sin gluten)

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

7
Arroz con salsa de tomate
Tortilla francesa con cebolla y
calabacín con ensalada de
lechuga y maíz
Fruta y pan (sin gluten)

VE:3.076/736 GT:11 GS:1 HC:119 AZ:27 PROT:21 SAL:1

8
Garbanzos estofados con
verduras
Suprema de salmón al limón con
ensalada de lechuga y aceitunas
negras
Fruta y pan (sin gluten)

VE:3.311/792 GT:22 GS:2 HC:113 AZ:35 PROT:55 SAL:1

9
Macarrones (sin gluten) con
salsa de tomate
Salteado de cerdo con pisto
suave
Fruta y pan (sin gluten)

VE:3.076/736 GT:2 GS:0 HC:78 AZ:27 PROT:11 SAL:0

10
Crema de zanahoria
Merluza con pil pil de tomate con
patatas panaderas
Yogur de soja y pan (sin gluten)

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

11
Patatas estofadas
Tortilla francesa con ensalada
de lechuga, pimiento y aceitunas
negras
Fruta y pan (sin gluten)

VE:3.168/758 GT:19 GS:3 HC:109 AZ:25 PROT:27 SAL:2

14
**VACACIONES SEMANA
SANTA**

15
**VACACIONES SEMANA
SANTA**

16
**VACACIONES SEMANA
SANTA**

17
**VACACIONES SEMANA
SANTA**

18
**VACACIONES SEMANA
SANTA**

21
**VACACIONES SEMANA
SANTA**

22
Verduras salteadas
Tortilla de patatas con ensalada
de lechuga, pepino y aceitunas
Fruta y pan (sin gluten)

VE:3.244/776 GT:22 GS:3 HC:122 AZ:26 PROT:30 SAL:2

23
FESTIVO

24
Salteado de brócoli con patatas
Pollo asado con tomillo con
ensalada de lechuga y tomate
Yogur de soja y pan (sin gluten)

VE:3.290/787 GT:19 GS:6 HC:47 AZ:13 PROT:48 SAL:1

25
Alubias pintas estofadas con
arroz integral
Caballa al horno y aliño de limón
con ensalada de lechuga y
remolacha
Fruta y pan (sin gluten)

VE:3.311/792 GT:27 GS:5 HC:85 AZ:27 PROT:34 SAL:1

28
Arroz con salsa de tomate
Tortilla francesa con atún con
ensalada de lechuga y maíz
Fruta y pan (sin gluten)

VE:3.076/736 GT:16 GS:3 HC:116 AZ:25 PROT:26 SAL:1

29
Garbanzos estofados con
espinacas y huevo duro
Suprema de salmón al limón con
ensalada de lechuga y aceitunas
negras
Fruta y pan (sin gluten)

VE:3.331/797 GT:14 GS:1 HC:108 AZ:34 PROT:28 SAL:1

30
Sopa de pasta (sin gluten)
Salteado de cerdo con pisto
suave
Fruta y pan (sin gluten)

VE:3.093/740 GT:8 GS:1 HC:84 AZ:26 PROT:29 SAL:1

MES: Abril 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

1
Patatas estofadas
Tortilla francesa con atún con ensalada de lechuga, pepino y maíz
Fruta y pan integral

VE:3.235/774 GT:24 GS:3 HC:114 AZ:28 PROT:36 SAL:2

2
Sopa de estrellas
Lomo asado con salsa de manzana con ensalada de lechuga y tomate
Fruta y pan

VE:3.072/735 GT:15 GS:4 HC:86 AZ:31 PROT:40 SAL:2

3
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

4
Salteado de acelgas frescas (eco.)
Pollo a la barbacoa con patatas panaderas
Fruta y pan

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

7
Arroz con salsa de tomate
Tortilla francesa con cebolla y calabacín con ensalada de lechuga y maíz
Fruta y pan

VE:3.076/736 GT:11 GS:1 HC:119 AZ:27 PROT:21 SAL:1

8
Verduras salteadas
Suprema de salmón al limón con ensalada de lechuga y aceitunas negras
Fruta y pan integral

VE:3.311/792 GT:22 GS:2 HC:113 AZ:35 PROT:55 SAL:1

9
Macarrones con salsa de tomate
Salteado de cerdo con pisto suave
Fruta y pan

VE:3.076/736 GT:2 GS:0 HC:78 AZ:27 PROT:11 SAL:0

10
Crema de zanahoria
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

11
Lentejas (eco) estofadas con verduras
Tortilla francesa con ensalada de lechuga, pimiento y aceitunas negras
Fruta y pan

VE:3.168/758 GT:19 GS:3 HC:109 AZ:25 PROT:27 SAL:2

14
VACACIONES SEMANA SANTA

15
VACACIONES SEMANA SANTA

16
VACACIONES SEMANA SANTA

17
VACACIONES SEMANA SANTA

18
VACACIONES SEMANA SANTA

21
VACACIONES SEMANA SANTA

22
Lentejas (eco) estofadas con verduras
Tortilla de patatas con ensalada de lechuga, pepino y aceitunas
Fruta y pan integral

VE:3.244/776 GT:22 GS:3 HC:122 AZ:26 PROT:30 SAL:2

23
FESTIVO

24
Salteado de brócoli con patatas
Pollo asado con tomillo con ensalada de lechuga y tomate
Yogur y pan integral

VE:3.290/787 GT:19 GS:6 HC:47 AZ:13 PROT:48 SAL:1

25
Alubias pintas estofadas con arroz integral
Caballa al horno y aliño de limón con ensalada de lechuga y remolacha
Fruta y pan

VE:3.311/792 GT:27 GS:5 HC:85 AZ:27 PROT:34 SAL:1

28
Arroz con salsa de tomate
Tortilla francesa con atún con ensalada de lechuga y maíz
Fruta y pan

VE:3.076/736 GT:16 GS:3 HC:116 AZ:25 PROT:26 SAL:1

29
Crema de zanahoria
Suprema de salmón al limón con ensalada de lechuga y aceitunas negras
Fruta y pan integral

VE:3.331/797 GT:14 GS:1 HC:108 AZ:34 PROT:28 SAL:1

30
Sopa marinera de pescado y fideos
Salteado de cerdo con pisto suave
Fruta y pan

VE:3.093/740 GT:8 GS:1 HC:84 AZ:26 PROT:29 SAL:1

MES: Abril 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

1
Garbanzos (eco.) con espinacas con arroz integral
Tortilla francesa con atún con ensalada de lechuga, pepino y maíz
Fruta y pan

VE:3.235/774 GT:24 GS:3 HC:114 AZ:28 PROT:36 SAL:2

2
Sopa de estrellas
Lomo asado con salsa de manzana con ensalada de lechuga y tomate
Fruta y pan

VE:3.072/735 GT:15 GS:4 HC:86 AZ:31 PROT:40 SAL:2

3
Alubias pintas estofadas con arroz integral
Abadejo a la donostiarra con ensalada de lechuga y remolacha
Yogur y pan

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

4
Salteado de acelgas frescas (eco.)
Pollo a la barbacoa con patatas panaderas
Fruta y pan

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

7
Arroz con salsa de tomate
Tortilla francesa con cebolla y calabacín con ensalada de lechuga y maíz
Fruta y pan

VE:3.076/736 GT:11 GS:1 HC:119 AZ:27 PROT:21 SAL:1

8
Garbanzos estofados con verduras
Suprema de salmón al limón con ensalada de lechuga y aceitunas negras
Fruta y pan

VE:3.311/792 GT:22 GS:2 HC:113 AZ:35 PROT:55 SAL:1

9
Macarrones con salsa de tomate
Salteado de cerdo con pisto suave
Fruta y pan

VE:3.076/736 GT:2 GS:0 HC:78 AZ:27 PROT:11 SAL:0

10
Crema de zanahoria
Merluza con pil pil de tomate con patatas panaderas
Yogur y pan

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

11
Lentejas (eco) estofadas con verduras
Tortilla francesa con ensalada de lechuga, pimiento y aceitunas negras
Fruta y pan

VE:3.168/758 GT:19 GS:3 HC:109 AZ:25 PROT:27 SAL:2

14
VACACIONES SEMANA SANTA

15
VACACIONES SEMANA SANTA

16
VACACIONES SEMANA SANTA

17
VACACIONES SEMANA SANTA

18
VACACIONES SEMANA SANTA

21
VACACIONES SEMANA SANTA

22
Lentejas (eco) estofadas con verduras
Tortilla de patatas con ensalada de lechuga, pepino y aceitunas
Fruta y pan

VE:3.244/776 GT:22 GS:3 HC:122 AZ:26 PROT:30 SAL:2

23
FESTIVO

24
Salteado de brócoli con patatas
Pollo asado con tomillo con ensalada de lechuga y tomate
Yogur y pan

VE:3.290/787 GT:19 GS:6 HC:47 AZ:13 PROT:48 SAL:1

25
Alubias pintas estofadas con arroz integral
Caballa al horno y aliño de limón con ensalada de lechuga y remolacha
Fruta y pan

VE:3.311/792 GT:27 GS:5 HC:85 AZ:27 PROT:34 SAL:1

28
Arroz con salsa de tomate
Tortilla francesa con atún con ensalada de lechuga y maíz
Fruta y pan

VE:3.076/736 GT:16 GS:3 HC:116 AZ:25 PROT:26 SAL:1

29
Garbanzos estofados con espinacas y huevo duro
Suprema de salmón al limón con ensalada de lechuga y aceitunas negras
Fruta y pan

VE:3.331/797 GT:14 GS:1 HC:108 AZ:34 PROT:28 SAL:1

30
Sopa de fideos
Salteado de cerdo con pisto suave
Fruta y pan

VE:3.093/740 GT:8 GS:1 HC:84 AZ:26 PROT:29 SAL:1

MES: Abril 2025

- Nombre del Colegio -

Lunes

Martes

Miércoles

Jueves

Viernes

ALERGICO A LAS FRUTAS CON
HUESO

1
Garbanzos (eco.) con espinacas
con arroz integral
Tortilla francesa con atún con
ensalada de lechuga, pepino y
maíz
Fruta y pan integral

VE:3.235/774 GT:24 GS:3 HC:114 AZ:28 PROT:36 SAL:2

2
Sopa de estrellas
Lomo asado con salsa de
manzana con ensalada de
lechuga y tomate
Fruta y pan

VE:3.072/735 GT:15 GS:4 HC:86 AZ:31 PROT:40 SAL:2

3
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

4
Salteado de acelgas frescas
(eco.)
Pollo a la barbacoa con patatas
panaderas
Fruta y pan

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

7
Arroz con salsa de tomate
Tortilla francesa con cebolla y
calabacín con ensalada de
lechuga y maíz
Fruta y pan

VE:3.076/736 GT:11 GS:1 HC:119 AZ:27 PROT:21 SAL:1

8
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:22 GS:2 HC:113 AZ:35 PROT:55 SAL:1

9
Macarrones con salsa de tomate
Salteado de cerdo con pisto
suave
Fruta y pan

VE:3.076/736 GT:2 GS:0 HC:78 AZ:27 PROT:11 SAL:0

10
Crema de zanahoria
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

11
Lentejas (eco) estofadas con
verduras
Tortilla francesa con ensalada
de lechuga, pimiento y aceitunas
negras
Fruta y pan

VE:3.168/758 GT:19 GS:3 HC:109 AZ:25 PROT:27 SAL:2

14
VACACIONES SEMANA
SANTA

15
VACACIONES SEMANA
SANTA

16
VACACIONES SEMANA
SANTA

17
VACACIONES SEMANA
SANTA

18
VACACIONES SEMANA
SANTA

21
VACACIONES SEMANA
SANTA

22
Lentejas (eco) estofadas con
verduras
Tortilla de patatas con ensalada
de lechuga, pepino y aceitunas
Fruta y pan integral

VE:3.244/776 GT:22 GS:3 HC:122 AZ:26 PROT:30 SAL:2

23
FESTIVO

24
Salteado de brócoli con patatas
Pollo asado con tomillo con
ensalada de lechuga y tomate
Yogur y pan integral

VE:3.290/787 GT:19 GS:6 HC:47 AZ:13 PROT:48 SAL:1

25
Alubias pintas estofadas con
arroz integral
Caballa al horno y aliño de limón
con ensalada de lechuga y
remolacha
Fruta y pan

VE:3.311/792 GT:27 GS:5 HC:85 AZ:27 PROT:34 SAL:1

28
Arroz con salsa de tomate
Tortilla francesa con atún con
ensalada de lechuga y maíz
Fruta y pan

VE:3.076/736 GT:16 GS:3 HC:116 AZ:25 PROT:26 SAL:1

29
Garbanzos estofados con
espinacas y huevo duro
Suprema de salmón al limón con
ensalada de lechuga y aceitunas
negras
Fruta y pan integral

VE:3.331/797 GT:14 GS:1 HC:108 AZ:34 PROT:28 SAL:1

30
Sopa marinera de pescado y
fideos
Salteado de cerdo con pisto
suave
Fruta y pan

VE:3.093/740 GT:8 GS:1 HC:84 AZ:26 PROT:29 SAL:1

MES: Abril 2025

- Nombre del Colegio -

Lunes

Martes

Miércoles

Jueves

Viernes

SIN FRUTAS CON HUESO, FRUTOS SECOS, LTP (ALERGIA PIEL DE VEGETALES Y FRUTAS)

1
Garbanzos (eco.) con espinacas con arroz integral
Tortilla francesa con atún con ensalada de lechuga, pepino y maíz
Fruta y pan

VE:3.235/774 GT:24 GS:3 HC:114 AZ:28 PROT:36 SAL:2

2
Sopa de estrellas
Lomo asado con salsa de manzana con ensalada de lechuga y tomate
Fruta y pan

VE:3.072/735 GT:15 GS:4 HC:86 AZ:31 PROT:40 SAL:2

3
Alubias pintas estofadas con arroz integral
Abadejo a la donostiarra con ensalada de lechuga y remolacha
Yogur y pan

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

4
Salteado de acelgas frescas (eco.)
Pollo a la barbacoa con patatas panaderas
Fruta y pan

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

7
Arroz con salsa de tomate
Tortilla francesa con cebolla y calabacín con ensalada de lechuga y maíz
Fruta y pan

VE:3.076/736 GT:11 GS:1 HC:119 AZ:27 PROT:21 SAL:1

8
Garbanzos estofados con verduras
Salmón al horno con ensalada de lechuga y aceitunas negras
Fruta y pan

VE:3.311/792 GT:22 GS:2 HC:113 AZ:35 PROT:55 SAL:1

9
Macarrones con salsa de tomate
Salteado de cerdo con pisto suave
Fruta y pan

VE:3.076/736 GT:2 GS:0 HC:78 AZ:27 PROT:11 SAL:0

10
Crema de zanahoria
Merluza con pil pil de tomate con patatas panaderas
Yogur y pan

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

11
Lentejas (eco) estofadas con verduras
Tortilla francesa con ensalada de lechuga, pimiento y aceitunas negras
Fruta y pan

VE:3.168/758 GT:19 GS:3 HC:109 AZ:25 PROT:27 SAL:2

14
VACACIONES SEMANA SANTA

15
VACACIONES SEMANA SANTA

16
VACACIONES SEMANA SANTA

17
VACACIONES SEMANA SANTA

18
VACACIONES SEMANA SANTA

21
VACACIONES SEMANA SANTA

22
Lentejas (eco) estofadas con verduras
Tortilla de patatas con ensalada de lechuga, pepino y aceitunas
Fruta y pan

VE:3.244/776 GT:22 GS:3 HC:122 AZ:26 PROT:30 SAL:2

23
FESTIVO

24
Salteado de brócoli con patatas
Pollo asado con tomillo con ensalada de lechuga y tomate
Yogur y pan

VE:3.290/787 GT:19 GS:6 HC:47 AZ:13 PROT:48 SAL:1

25
Alubias pintas estofadas con arroz integral
Caballa al horno y aliño de limón con ensalada de lechuga y remolacha
Fruta y pan

VE:3.311/792 GT:27 GS:5 HC:85 AZ:27 PROT:34 SAL:1

28
Arroz con salsa de tomate
Tortilla francesa con atún con ensalada de lechuga y maíz
Fruta y pan

VE:3.076/736 GT:16 GS:3 HC:116 AZ:25 PROT:26 SAL:1

29
Garbanzos estofados con espinacas y huevo duro
Salmón al horno con ensalada de lechuga y aceitunas negras
Fruta y pan

VE:3.331/797 GT:14 GS:1 HC:108 AZ:34 PROT:28 SAL:1

30
Sopa de fideos
Salteado de cerdo con pisto suave
Fruta y pan

VE:3.093/740 GT:8 GS:1 HC:84 AZ:26 PROT:29 SAL:1

MES: Abril 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

1
Garbanzos (eco.) con espinacas con arroz integral
Tortilla francesa con ensalada de lechuga, pepino y maíz
Fruta y pan integral

VE:3.235/774 GT:24 GS:3 HC:114 AZ:28 PROT:36 SAL:2

2
Sopa de estrellas
Lomo asado con salsa de manzana con ensalada de lechuga y tomate
Fruta y pan

VE:3.072/735 GT:15 GS:4 HC:86 AZ:31 PROT:40 SAL:2

3
Alubias pintas estofadas con arroz integral
Hamburguesa a la plancha 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

4
Salteado de acelgas frescas (eco.)
Pollo a la barbacoa con patatas panaderas
Fruta y pan

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

7
Arroz con salsa de tomate
Tortilla francesa con cebolla y calabacín con ensalada de lechuga y maíz
Fruta y pan

VE:3.076/736 GT:11 GS:1 HC:119 AZ:27 PROT:21 SAL:1

8
Garbanzos estofados con verduras
Estofado de pavo con ensalada de lechuga y aceitunas negras
Fruta y pan integral

VE:3.311/792 GT:22 GS:2 HC:113 AZ:35 PROT:55 SAL:1

9
Macarrones con salsa de tomate
Salteado de cerdo con pisto suave
Fruta y pan

VE:3.076/736 GT:2 GS:0 HC:78 AZ:27 PROT:11 SAL:0

10
Crema de zanahoria
Hamburguesa a la plancha con patatas panaderas
Yogur y pan integral

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

11
Lentejas (eco) estofadas con verduras
Tortilla francesa con ensalada de lechuga, pimiento y aceitunas negras
Fruta y pan

VE:3.168/758 GT:19 GS:3 HC:109 AZ:25 PROT:27 SAL:2

14
VACACIONES SEMANA SANTA

15
VACACIONES SEMANA SANTA

16
VACACIONES SEMANA SANTA

17
VACACIONES SEMANA SANTA

18
VACACIONES SEMANA SANTA

21
VACACIONES SEMANA SANTA

22
Lentejas (eco) estofadas con verduras
Tortilla de patatas con ensalada de lechuga, pepino y aceitunas
Fruta y pan integral

VE:3.244/776 GT:22 GS:3 HC:122 AZ:26 PROT:30 SAL:2

23
FESTIVO

24
Salteado de brócoli con patatas
Pollo asado con tomillo con ensalada de lechuga y tomate
Yogur y pan integral

VE:3.290/787 GT:19 GS:6 HC:47 AZ:13 PROT:48 SAL:1

25
Alubias pintas estofadas con arroz integral
Hamburguesa a la plancha con ensalada de lechuga y remolacha
Fruta y pan

VE:3.311/792 GT:27 GS:5 HC:85 AZ:27 PROT:34 SAL:1

28
Arroz con salsa de tomate
Tortilla francesa con ensalada de lechuga y maíz
Fruta y pan

VE:3.076/736 GT:16 GS:3 HC:116 AZ:25 PROT:26 SAL:1

29
Garbanzos estofados con espinacas y huevo duro
Hamburguesa a la plancha con ensalada de lechuga y aceitunas negras
Fruta y pan integral

VE:3.331/797 GT:14 GS:1 HC:108 AZ:34 PROT:28 SAL:1

30
Sopa de fideos
Salteado de cerdo con pisto suave
Fruta y pan

VE:3.093/740 GT:8 GS:1 HC:84 AZ:26 PROT:29 SAL:1

MES: Abril 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

1
Garbanzos (eco.) con espinacas con arroz integral
Tortilla francesa con atún con ensalada de lechuga, pepino y maiz
Fruta y pan integral

VE:3.235/774 GT:24 GS:3 HC:114 AZ:28 PROT:36 SAL:2

2
Sopa de estrellas
Pechuga de pollo a la plancha con ensalada de lechuga y tomate
Fruta y pan

VE:3.072/735 GT:15 GS:4 HC:86 AZ:31 PROT:40 SAL:2

3
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

4
Salteado de acelgas frescas (eco.)
Pollo a la barbacoa con patatas panaderas
Fruta y pan

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

7
Arroz con salsa de tomate
Tortilla francesa con cebolla y calabacín con ensalada de lechuga y maiz
Fruta y pan

VE:3.076/736 GT:11 GS:1 HC:119 AZ:27 PROT:21 SAL:1

8
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:22 GS:2 HC:113 AZ:35 PROT:55 SAL:1

9
Macarrones con salsa de tomate
Pechuga de pollo a la plancha
Fruta y pan

VE:3.076/736 GT:2 GS:0 HC:78 AZ:27 PROT:11 SAL:0

10
Crema de zanahoria
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

11
Lentejas (eco) estofadas con verduras
Tortilla francesa con ensalada de lechuga, pimiento y aceitunas negras
Fruta y pan

VE:3.168/758 GT:19 GS:3 HC:109 AZ:25 PROT:27 SAL:2

14
VACACIONES SEMANA SANTA

15
VACACIONES SEMANA SANTA

16
VACACIONES SEMANA SANTA

17
VACACIONES SEMANA SANTA

18
VACACIONES SEMANA SANTA

21
VACACIONES SEMANA SANTA

22
Lentejas (eco) estofadas con verduras
Tortilla de patatas con ensalada de lechuga, pepino y aceitunas
Fruta y pan integral

VE:3.244/776 GT:22 GS:3 HC:122 AZ:26 PROT:30 SAL:2

23
FESTIVO

24
Salteado de brócoli con patatas
Pollo asado con tomillo con ensalada de lechuga y tomate
Yogur y pan integral

VE:3.290/787 GT:19 GS:6 HC:47 AZ:13 PROT:48 SAL:1

25
Alubias pintas estofadas con arroz integral
Caballa al horno y aliño de limón con ensalada de lechuga y remolacha
Fruta y pan

VE:3.311/792 GT:27 GS:5 HC:85 AZ:27 PROT:34 SAL:1

28
Arroz con salsa de tomate
Tortilla francesa con atún con ensalada de lechuga y maiz
Fruta y pan

VE:3.076/736 GT:16 GS:3 HC:116 AZ:25 PROT:26 SAL:1

29
Garbanzos estofados con espinacas y huevo duro
Suprema de salmón al limón con ensalada de lechuga y aceitunas negras
Fruta y pan integral

VE:3.331/797 GT:14 GS:1 HC:108 AZ:34 PROT:28 SAL:1

30
Sopa marinera de pescado y fideos
Estofado de pavo con salteado de verduras
Fruta y pan

VE:3.093/740 GT:8 GS:1 HC:84 AZ:26 PROT:29 SAL:1

MES: Abril 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

1
Garbanzos (eco.) con espinacas con arroz integral
 Tortilla francesa con atún con ensalada de lechuga, pepino y maiz
 Fruta y **pan integral**

VE:3.235/774 GT:24 GS:3 HC:114 AZ:28 PROT:36 SAL:2

2
 Sopa de estrellas
 Filete de lenguadina a la plancha con ensalada de lechuga y tomate
 Fruta y pan

VE:3.072/735 GT:15 GS:4 HC:86 AZ:31 PROT:40 SAL:2

3
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

4
Salteado de acelgas frescas (eco.)
 Tortilla francesa con patatas panaderas
 Fruta y pan

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

7
 Arroz con salsa de tomate
 Tortilla francesa con cebolla y calabacín con ensalada de lechuga y maíz
 Fruta y pan

VE:3.076/736 GT:11 GS:1 HC:119 AZ:27 PROT:21 SAL:1

8
 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:22 GS:2 HC:113 AZ:35 PROT:55 SAL:1

9
 Macarrones con salsa de tomate
 Abadejo al horno
 Fruta y pan

VE:3.076/736 GT:2 GS:0 HC:78 AZ:27 PROT:11 SAL:0

10
 Crema de zanahoria
 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

11
Lentejas (eco) estofadas con verduras
 Tortilla francesa con ensalada de lechuga, pimiento y aceitunas negras
 Fruta y pan

VE:3.168/758 GT:19 GS:3 HC:109 AZ:25 PROT:27 SAL:2

14
VACACIONES SEMANA SANTA

15
VACACIONES SEMANA SANTA

16
VACACIONES SEMANA SANTA

17
VACACIONES SEMANA SANTA

18
VACACIONES SEMANA SANTA

21
VACACIONES SEMANA SANTA

22
Lentejas (eco) estofadas con verduras
 Tortilla de patatas con ensalada de lechuga, pepino y aceitunas
 Fruta y **pan integral**

VE:3.244/776 GT:22 GS:3 HC:122 AZ:26 PROT:30 SAL:2

23
FESTIVO

24
 Salteado de brócoli con patatas
 Tortilla francesa con ensalada de lechuga y tomate
 Yogur y **pan integral**

VE:3.290/787 GT:19 GS:6 HC:47 AZ:13 PROT:48 SAL:1

25
Alubias pintas estofadas con arroz integral
 Caballa al horno y aliño de limón con ensalada de lechuga y remolacha
 Fruta y pan

VE:3.311/792 GT:27 GS:5 HC:85 AZ:27 PROT:34 SAL:1

28
 Arroz con salsa de tomate
 Tortilla francesa con atún con ensalada de lechuga y maíz
 Fruta y pan

VE:3.076/736 GT:16 GS:3 HC:116 AZ:25 PROT:26 SAL:1

29
 Garbanzos estofados con espinacas y huevo duro
 Suprema de salmón al limón con ensalada de lechuga y aceitunas negras
 Fruta y **pan integral**

VE:3.331/797 GT:14 GS:1 HC:108 AZ:34 PROT:28 SAL:1

30
 Sopa marinera de pescado y fideos
 Abadejo al horno
 Fruta y pan

VE:3.093/740 GT:8 GS:1 HC:84 AZ:26 PROT:29 SAL:1

MES: Abril 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

1
Garbanzos (eco.) con espinacas con arroz integral
 Tortilla francesa con atún con ensalada de lechuga, pepino y maiz
 Fruta y pan integral

VE:3.235/774 GT:24 GS:3 HC:114 AZ:28 PROT:36 SAL:2

2
 Sopa de estrellas
 Lomo asado con salsa de manzana con ensalada de lechuga y tomate
 Fruta y pan

VE:3.072/735 GT:15 GS:4 HC:86 AZ:31 PROT:40 SAL:2

3
Alubias pintas estofadas con arroz integral
 Abadejo a la donostiarra con ensalada de lechuga y remolacha
 Yogur desnatado y pan integral

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

4
Salteado de acelgas frescas (eco.)
 Pollo asado con patatas panaderas
 Fruta y pan

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

7
 Arroz con salsa de tomate
 Tortilla francesa con cebolla y calabacín con ensalada de lechuga y maíz
 Fruta y pan

VE:3.076/736 GT:11 GS:1 HC:119 AZ:27 PROT:21 SAL:1

8
 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:22 GS:2 HC:113 AZ:35 PROT:55 SAL:1

9
 Macarrones con salsa de tomate
 Salteado de cerdo con pisto suave
 Fruta y pan

VE:3.076/736 GT:2 GS:0 HC:78 AZ:27 PROT:11 SAL:0

10
 Crema de zanahoria
 Filete de merluza a la plancha con patatas panaderas
 Yogur desnatado y pan integral

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

11
Lentejas (eco) estofadas con verduras
 Tortilla francesa con ensalada de lechuga, pimiento y aceitunas negras
 Fruta y pan

VE:3.168/758 GT:19 GS:3 HC:109 AZ:25 PROT:27 SAL:2

14
VACACIONES SEMANA SANTA

15
VACACIONES SEMANA SANTA

16
VACACIONES SEMANA SANTA

17
VACACIONES SEMANA SANTA

18
VACACIONES SEMANA SANTA

21
VACACIONES SEMANA SANTA

22
Lentejas (eco) estofadas con verduras
 Tortilla francesa con ensalada de lechuga, pepino y aceitunas
 Fruta y pan integral

VE:3.244/776 GT:22 GS:3 HC:122 AZ:26 PROT:30 SAL:2

23
FESTIVO

24
 Salteado de brócoli con patatas
 Pollo asado con tomillo con ensalada de lechuga y tomate
 Yogur desnatado y pan integral

VE:3.290/787 GT:19 GS:6 HC:47 AZ:13 PROT:48 SAL:1

25
Alubias pintas estofadas con arroz integral
 Caballa al horno y aliño de limón con ensalada de lechuga y remolacha
 Fruta y pan

VE:3.311/792 GT:27 GS:5 HC:85 AZ:27 PROT:34 SAL:1

28
 Arroz con salsa de tomate
 Tortilla francesa con atún con ensalada de lechuga y maíz
 Fruta y pan

VE:3.076/736 GT:16 GS:3 HC:116 AZ:25 PROT:26 SAL:1

29
 Garbanzos estofados con espinacas y huevo duro
 Suprema de salmón al limón con ensalada de lechuga y aceitunas negras
 Fruta y pan integral

VE:3.331/797 GT:14 GS:1 HC:108 AZ:34 PROT:28 SAL:1

30
 Sopa marinera de pescado y fideos
 Salteado de cerdo con pisto suave
 Fruta y pan

VE:3.093/740 GT:8 GS:1 HC:84 AZ:26 PROT:29 SAL:1

MES: Abril 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

1
Garbanzos (eco.) con espinacas con arroz integral
Tortilla francesa con atún con ensalada de lechuga, pepino y maíz
Fruta y pan (sin gluten)

VE:3.235/774 GT:24 GS:3 HC:114 AZ:28 PROT:36 SAL:2

2
Sopa de pasta (sin gluten)
Lomo asado con salsa de manzana con ensalada de lechuga y tomate
Fruta y pan (sin gluten)

VE:3.072/735 GT:15 GS:4 HC:86 AZ:31 PROT:40 SAL:2

3
Alubias pintas estofadas con arroz integral
Abadejo a la donostiarra con ensalada de lechuga y remolacha
Yogur y pan (sin gluten)

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

4
Salteado de acelgas frescas (eco.)
Pollo a la barbacoa con patatas panaderas
Fruta y pan (sin gluten)

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

7
Arroz con salsa de tomate
Tortilla francesa con cebolla y calabacín con ensalada de lechuga y maíz
Fruta y pan (sin gluten)

VE:3.076/736 GT:11 GS:1 HC:119 AZ:27 PROT:21 SAL:1

8
Garbanzos estofados con verduras
Suprema de salmón al limón con ensalada de lechuga y aceitunas negras
Fruta y pan (sin gluten)

VE:3.311/792 GT:22 GS:2 HC:113 AZ:35 PROT:55 SAL:1

9
Macarrones (sin gluten) con salsa de tomate
Salteado de cerdo con pisto suave
Fruta y pan (sin gluten)

VE:3.076/736 GT:2 GS:0 HC:78 AZ:27 PROT:11 SAL:0

10
Crema de zanahoria
Merluza con pil pil de tomate con patatas panaderas
Yogur y pan (sin gluten)

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

11
Patatas estofadas
Tortilla francesa con ensalada de lechuga, pimiento y aceitunas negras
Fruta y pan (sin gluten)

VE:3.168/758 GT:19 GS:3 HC:109 AZ:25 PROT:27 SAL:2

14
VACACIONES SEMANA SANTA

15
VACACIONES SEMANA SANTA

16
VACACIONES SEMANA SANTA

17
VACACIONES SEMANA SANTA

18
VACACIONES SEMANA SANTA

21
VACACIONES SEMANA SANTA

22
Verduras salteadas
Tortilla de patatas con ensalada de lechuga, pepino y aceitunas
Fruta y pan (sin gluten)

VE:3.244/776 GT:22 GS:3 HC:122 AZ:26 PROT:30 SAL:2

23
FESTIVO

24
Salteado de brócoli con patatas
Pollo asado con tomillo con ensalada de lechuga y tomate
Yogur y pan (sin gluten)

VE:3.290/787 GT:19 GS:6 HC:47 AZ:13 PROT:48 SAL:1

25
Alubias pintas estofadas con arroz integral
Caballa al horno y aliño de limón con ensalada de lechuga y remolacha
Fruta y pan (sin gluten)

VE:3.311/792 GT:27 GS:5 HC:85 AZ:27 PROT:34 SAL:1

28
Arroz con salsa de tomate
Tortilla francesa con atún con ensalada de lechuga y maíz
Fruta y pan (sin gluten)

VE:3.076/736 GT:16 GS:3 HC:116 AZ:25 PROT:26 SAL:1

29
Garbanzos estofados con espinacas y huevo duro
Suprema de salmón al limón con ensalada de lechuga y aceitunas negras
Fruta y pan (sin gluten)

VE:3.331/797 GT:14 GS:1 HC:108 AZ:34 PROT:28 SAL:1

30
Sopa de pasta (sin gluten)
Salteado de cerdo con pisto suave
Fruta y pan (sin gluten)

VE:3.093/740 GT:8 GS:1 HC:84 AZ:26 PROT:29 SAL:1

MES: Abril 2025

- Nombre del Colegio -

Lunes

Martes

Miércoles

Jueves

Viernes

CELIACO SIN CARNE

1
Garbanzos (eco.) con espinacas
con arroz integral
Tortilla francesa con atún con
ensalada de lechuga, pepino y
maíz
Fruta y pan (sin gluten)

VE:3.235/774 GT:24 GS:3 HC:114 AZ:28 PROT:36 SAL:2

2
Sopa de pasta (sin gluten)
Filete de merluza a la plancha
con ensalada de lechuga y
tomate
Fruta y pan (sin gluten)

VE:3.072/735 GT:15 GS:4 HC:86 AZ:31 PROT:40 SAL:2

3
Alubias pintas estofadas con
arroz integral
Abadejo a la donostiarra con
ensalada de lechuga y
remolacha
Yogur y pan (sin gluten)

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

4
Salteado de acelgas frescas
(eco.)
Tortilla francesa con patatas
panaderas
Fruta y pan (sin gluten)

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

7
Arroz con salsa de tomate
Tortilla francesa con cebolla y
calabacín con ensalada de
lechuga y maíz
Fruta y pan (sin gluten)

VE:3.076/736 GT:11 GS:1 HC:119 AZ:27 PROT:21 SAL:1

8
Garbanzos estofados con
verduras
Suprema de salmón al limón con
ensalada de lechuga y aceitunas
negras
Fruta y pan (sin gluten)

VE:3.311/792 GT:22 GS:2 HC:113 AZ:35 PROT:55 SAL:1

9
Macarrones (sin gluten) con
salsa de tomate
Abadejo al horno
Fruta y pan (sin gluten)

VE:3.076/736 GT:2 GS:0 HC:78 AZ:27 PROT:11 SAL:0

10
Crema de zanahoria
Merluza con pil pil de tomate con
patatas panaderas
Yogur y pan (sin gluten)

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

11
Patatas estofadas
Tortilla francesa con ensalada
de lechuga, pimiento y aceitunas
negras
Fruta y pan (sin gluten)

VE:3.168/758 GT:19 GS:3 HC:109 AZ:25 PROT:27 SAL:2

14
**VACACIONES SEMANA
SANTA**

15
**VACACIONES SEMANA
SANTA**

16
**VACACIONES SEMANA
SANTA**

17
**VACACIONES SEMANA
SANTA**

18
**VACACIONES SEMANA
SANTA**

21
**VACACIONES SEMANA
SANTA**

22
Verduras salteadas
Tortilla de patatas con ensalada
de lechuga, pepino y aceitunas
Fruta y pan (sin gluten)

VE:3.244/776 GT:22 GS:3 HC:122 AZ:26 PROT:30 SAL:2

23
FESTIVO

24
Salteado de brócoli con patatas
Tortilla francesa con ensalada de
lechuga y tomate
Yogur y pan (sin gluten)

VE:3.290/787 GT:19 GS:6 HC:47 AZ:13 PROT:48 SAL:1

25
Alubias pintas estofadas con
arroz integral
Caballa al horno y aliño de limón
con ensalada de lechuga y
remolacha
Fruta y pan (sin gluten)

VE:3.311/792 GT:27 GS:5 HC:85 AZ:27 PROT:34 SAL:1

28
Arroz con salsa de tomate
Tortilla francesa con atún con
ensalada de lechuga y maíz
Fruta y pan (sin gluten)

VE:3.076/736 GT:16 GS:3 HC:116 AZ:25 PROT:26 SAL:1

29
Garbanzos estofados con
espinacas y huevo duro
Salmón a la plancha con
ensalada de lechuga y aceitunas
negras
Fruta y pan (sin gluten)

VE:3.331/797 GT:14 GS:1 HC:108 AZ:34 PROT:28 SAL:1

30
Sopa de pasta (sin gluten)
Abadejo al horno
Fruta y pan (sin gluten)

VE:3.093/740 GT:8 GS:1 HC:84 AZ:26 PROT:29 SAL:1

MES: Abril 2025

- Nombre del Colegio -

Lunes

Martes

Miércoles

Jueves

Viernes

<p>ALERGICO A LAS FRUTAS CON HUESO, KIWI,COLORANTES DE BEBIDAS ENERGETICAS O GASEOSAS,ALMIBAR CACAHUETES,NUECES Y LACTOSA</p>	<p>1 Garbanzos (eco.) con espinacas con arroz integral Tortilla francesa con atún con ensalada de lechuga, pepino y maiz Fruta y pan VE:3.235/774 GT:24 GS:3 HC:114 AZ:28 PROT:36 SAL:2</p>	<p>2 Sopa de estrellas Lomo asado con salsa de manzana con ensalada de lechuga y tomate Fruta y pan VE:3.072/735 GT:15 GS:4 HC:86 AZ:31 PROT:40 SAL:2</p>	<p>3 Alubias pintas estofadas con arroz integral Abadejo a la donostiarra con ensalada de lechuga y remolacha Fruta y pan VE:3.319/794 GT:31 GS:6 HC:62 AZ:12 PROT:43 SAL:1</p>	<p>4 Salteado de acelgas frescas (eco.) Pollo a la barbacoa con patatas panaderas Fruta y pan VE:3.256/779 GT:50 GS:3 HC:93 AZ:28 PROT:22 SAL:2</p>
<p>7 Arroz con salsa de tomate Tortilla francesa con cebolla y calabacín con ensalada de lechuga y maíz Fruta y pan VE:3.076/736 GT:11 GS:1 HC:119 AZ:27 PROT:21 SAL:1</p>	<p>8 Garbanzos estofados con verduras Suprema de salmón al limón con ensalada de lechuga y aceitunas negras Fruta y pan VE:3.311/792 GT:22 GS:2 HC:113 AZ:35 PROT:55 SAL:1</p>	<p>9 Macarrones con salsa de tomate Salteado de cerdo con pisto suave Fruta y pan VE:3.076/736 GT:2 GS:0 HC:78 AZ:27 PROT:11 SAL:0</p>	<p>10 Crema de zanahoria Merluza con pil pil de tomate con patatas panaderas Fruta y pan VE:3.210/768 GT:27 GS:6 HC:67 AZ:15 PROT:34 SAL:1</p>	<p>11 Lentejas (eco) estofadas con verduras Tortilla francesa con ensalada de lechuga, pimiento y aceitunas negras Fruta y pan VE:3.168/758 GT:19 GS:3 HC:109 AZ:25 PROT:27 SAL:2</p>
<p>14 VACACIONES SEMANA SANTA</p>	<p>15 VACACIONES SEMANA SANTA</p>	<p>16 VACACIONES SEMANA SANTA</p>	<p>17 VACACIONES SEMANA SANTA</p>	<p>18 VACACIONES SEMANA SANTA</p>
<p>21 VACACIONES SEMANA SANTA</p>	<p>22 Lentejas (eco) estofadas con verduras Tortilla de patatas con ensalada de lechuga, pepino y aceitunas Fruta y pan VE:3.244/776 GT:22 GS:3 HC:122 AZ:26 PROT:30 SAL:2</p>	<p>23 FESTIVO</p>	<p>24 Salteado de brócoli con patatas Pollo asado con tomillo con ensalada de lechuga y tomate Fruta y pan VE:3.290/787 GT:19 GS:6 HC:47 AZ:13 PROT:48 SAL:1</p>	<p>25 Alubias pintas estofadas con arroz integral Caballa al horno y aliño de limón con ensalada de lechuga y remolacha Fruta y pan VE:3.311/792 GT:27 GS:5 HC:85 AZ:27 PROT:34 SAL:1</p>
<p>28 Arroz con salsa de tomate Tortilla francesa con atún con ensalada de lechuga y maíz Fruta y pan VE:3.076/736 GT:16 GS:3 HC:116 AZ:25 PROT:26 SAL:1</p>	<p>29 Garbanzos estofados con espinacas y huevo duro Suprema de salmón al limón con ensalada de lechuga y aceitunas negras Fruta y pan VE:3.331/797 GT:14 GS:1 HC:108 AZ:34 PROT:28 SAL:1</p>	<p>30 Sopa de pasta Salteado de cerdo con pisto suave Fruta y pan VE:3.093/740 GT:8 GS:1 HC:84 AZ:26 PROT:29 SAL:1</p>		

MES: Abril 2025

- Nombre del Colegio -

Lunes

Martes

Miércoles

Jueves

Viernes

<p>ALERGIA LOS FRUTOS SECOS, LTP (PIEL DE FRUTAS)</p>	<p>1 Garbanzos (eco.) con espinacas con arroz integral Tortilla francesa con atún con ensalada de lechuga, pepino y maíz Fruta y pan <small>VE:3.235/774 GT:24 GS:3 HC:114 AZ:28 PROT:36 SAL:2</small></p>	<p>2 Sopa de estrellas Lomo asado con salsa de manzana con ensalada de lechuga y tomate Fruta y pan <small>VE:3.072/735 GT:15 GS:4 HC:86 AZ:31 PROT:40 SAL:2</small></p>	<p>3 Alubias pintas estofadas con arroz integral Abadejo a la donostiarra con ensalada de lechuga y remolacha Yogur y pan <small>VE:3.319/794 GT:31 GS:6 HC:62 AZ:12 PROT:43 SAL:1</small></p>	<p>4 Salteado de acelgas frescas (eco.) Pollo a la barbacoa con patatas panaderas Fruta y pan <small>VE:3.256/779 GT:50 GS:3 HC:93 AZ:28 PROT:22 SAL:2</small></p>
<p>7 Arroz con salsa de tomate Tortilla francesa con cebolla y calabacín con ensalada de lechuga y maíz Fruta y pan <small>VE:3.076/736 GT:11 GS:1 HC:119 AZ:27 PROT:21 SAL:1</small></p>	<p>8 Garbanzos estofados con verduras Suprema de salmón al limón con ensalada de lechuga y aceitunas negras Fruta y pan <small>VE:3.311/792 GT:22 GS:2 HC:113 AZ:35 PROT:55 SAL:1</small></p>	<p>9 Macarrones con salsa de tomate Salteado de cerdo con pisto suave Fruta y pan <small>VE:3.076/736 GT:2 GS:0 HC:78 AZ:27 PROT:11 SAL:0</small></p>	<p>10 Crema de zanahoria Merluza con pil pil de tomate con patatas panaderas Yogur y pan <small>VE:3.210/768 GT:27 GS:6 HC:67 AZ:15 PROT:34 SAL:1</small></p>	<p>11 Lentejas (eco) estofadas con verduras Tortilla francesa con ensalada de lechuga, pimiento y aceitunas negras Fruta y pan <small>VE:3.168/758 GT:19 GS:3 HC:109 AZ:25 PROT:27 SAL:2</small></p>
<p>14 VACACIONES SEMANA SANTA</p>	<p>15 VACACIONES SEMANA SANTA</p>	<p>16 VACACIONES SEMANA SANTA</p>	<p>17 VACACIONES SEMANA SANTA</p>	<p>18 VACACIONES SEMANA SANTA</p>
<p>21 VACACIONES SEMANA SANTA</p>	<p>22 Lentejas (eco) estofadas con verduras Tortilla de patatas con ensalada de lechuga, pepino y aceitunas Fruta y pan <small>VE:3.244/776 GT:22 GS:3 HC:122 AZ:26 PROT:30 SAL:2</small></p>	<p>23 FESTIVO</p>	<p>24 Salteado de brócoli con patatas Pollo asado con tomillo con ensalada de lechuga y tomate Yogur y pan <small>VE:3.290/787 GT:19 GS:6 HC:47 AZ:13 PROT:48 SAL:1</small></p>	<p>25 Alubias pintas estofadas con arroz integral Caballa al horno y aliño de limón con ensalada de lechuga y remolacha Fruta y pan <small>VE:3.311/792 GT:27 GS:5 HC:85 AZ:27 PROT:34 SAL:1</small></p>
<p>28 Arroz con salsa de tomate Tortilla francesa con atún con ensalada de lechuga y maíz Fruta y pan <small>VE:3.076/736 GT:16 GS:3 HC:116 AZ:25 PROT:26 SAL:1</small></p>	<p>29 Garbanzos estofados con espinacas y huevo duro Suprema de salmón al limón con ensalada de lechuga y aceitunas negras Fruta y pan <small>VE:3.331/797 GT:14 GS:1 HC:108 AZ:34 PROT:28 SAL:1</small></p>	<p>30 Sopa de fideos Salteado de cerdo con pisto suave Fruta y pan <small>VE:3.093/740 GT:8 GS:1 HC:84 AZ:26 PROT:29 SAL:1</small></p>		

MES: Abril 2025

- Nombre del Colegio -

Lunes

Martes

Miércoles

Jueves

Viernes

<p>ALERGIA AL MELOCOTON,FRUTAS CON HUESO , LTP (PIEL DE FRUTAS)</p>	<p>1 Garbanzos (eco.) con espinacas con arroz integral Tortilla francesa con atún con ensalada de lechuga, pepino y maiz Fruta y pan integral</p> <p>VE:3.235/774 GT:24 GS:3 HC:114 AZ:28 PROT:36 SAL:2</p>	<p>2 Sopa de estrellas Lomo asado con salsa de manzana con ensalada de lechuga y tomate Fruta y pan</p> <p>VE:3.072/735 GT:15 GS:4 HC:86 AZ:31 PROT:40 SAL:2</p>	<p>3 Alubias pintas estofadas con arroz integral Abadejo a la donostiarra con ensalada de lechuga y remolacha Yogur y pan integral</p> <p>VE:3.319/794 GT:31 GS:6 HC:62 AZ:12 PROT:43 SAL:1</p>	<p>4 Salteado de acelgas frescas (eco.) Pollo a la barbacoa con patatas panaderas Fruta y pan</p> <p>VE:3.256/779 GT:50 GS:3 HC:93 AZ:28 PROT:22 SAL:2</p>
<p>7 Arroz con salsa de tomate Tortilla francesa con cebolla y calabacín con ensalada de lechuga y maíz Fruta y pan</p> <p>VE:3.076/736 GT:11 GS:1 HC:119 AZ:27 PROT:21 SAL:1</p>	<p>8 Garbanzos estofados con verduras Suprema de salmón al limón con ensalada de lechuga y aceitunas negras Fruta y pan integral</p> <p>VE:3.311/792 GT:22 GS:2 HC:113 AZ:35 PROT:55 SAL:1</p>	<p>9 Macarrones con salsa de tomate Salteado de cerdo con pisto suave Fruta y pan</p> <p>VE:3.076/736 GT:2 GS:0 HC:78 AZ:27 PROT:11 SAL:0</p>	<p>10 Crema de zanahoria Merluza con pil pil de tomate con patatas panaderas Yogur y pan integral</p> <p>VE:3.210/768 GT:27 GS:6 HC:67 AZ:15 PROT:34 SAL:1</p>	<p>11 Lentejas (eco) estofadas con verduras Tortilla francesa con ensalada de lechuga, pimiento y aceitunas negras Fruta y pan</p> <p>VE:3.168/758 GT:19 GS:3 HC:109 AZ:25 PROT:27 SAL:2</p>
<p>14 VACACIONES SEMANA SANTA</p>	<p>15 VACACIONES SEMANA SANTA</p>	<p>16 VACACIONES SEMANA SANTA</p>	<p>17 VACACIONES SEMANA SANTA</p>	<p>18 VACACIONES SEMANA SANTA</p>
<p>21 VACACIONES SEMANA SANTA</p>	<p>22 Lentejas (eco) estofadas con verduras Tortilla de patatas con ensalada de lechuga, pepino y aceitunas Fruta y pan integral</p> <p>VE:3.244/776 GT:22 GS:3 HC:122 AZ:26 PROT:30 SAL:2</p>	<p>23 FESTIVO</p>	<p>24 Salteado de brócoli con patatas Pollo asado con tomillo con ensalada de lechuga y tomate Yogur y pan integral</p> <p>VE:3.290/787 GT:19 GS:6 HC:47 AZ:13 PROT:48 SAL:1</p>	<p>25 Alubias pintas estofadas con arroz integral Caballa al horno y aliño de limón con ensalada de lechuga y remolacha Fruta y pan</p> <p>VE:3.311/792 GT:27 GS:5 HC:85 AZ:27 PROT:34 SAL:1</p>
<p>28 Arroz con salsa de tomate Tortilla francesa con atún con ensalada de lechuga y maíz Fruta y pan</p> <p>VE:3.076/736 GT:16 GS:3 HC:116 AZ:25 PROT:26 SAL:1</p>	<p>29 Garbanzos estofados con espinacas y huevo duro Suprema de salmón al limón con ensalada de lechuga y aceitunas negras Fruta y pan integral</p> <p>VE:3.331/797 GT:14 GS:1 HC:108 AZ:34 PROT:28 SAL:1</p>	<p>30 Sopa marinera de pescado y fideos Salteado de cerdo con pisto suave Fruta y pan</p> <p>VE:3.093/740 GT:8 GS:1 HC:84 AZ:26 PROT:29 SAL:1</p>		

MES: Abril 2025

- Nombre del Colegio -

Lunes

Martes

Miércoles

Jueves

Viernes

ALERGIA A LTP

1
Garbanzos (eco.) con espinacas con arroz integral
Tortilla francesa con atún con ensalada de lechuga, pepino y maiz
Fruta y pan

VE:3.235/774 GT:24 GS:3 HC:114 AZ:28 PROT:36 SAL:2

2
Sopa de estrellas
Lomo asado con salsa de manzana con ensalada de lechuga y tomate
Fruta y pan

VE:3.072/735 GT:15 GS:4 HC:86 AZ:31 PROT:40 SAL:2

3
Alubias pintas estofadas con arroz integral
Abadejo a la donostiarra con ensalada de lechuga y remolacha
Yogur y pan

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

4
Salteado de acelgas frescas (eco.)
Pollo a la barbacoa con patatas panaderas
Fruta y pan

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

7
Arroz con salsa de tomate
Tortilla francesa con cebolla y calabacín con ensalada de lechuga y maíz
Fruta y pan

VE:3.076/736 GT:11 GS:1 HC:119 AZ:27 PROT:21 SAL:1

8
Garbanzos estofados con verduras
Suprema de salmón al limón con ensalada de lechuga y aceitunas negras
Fruta y pan

VE:3.311/792 GT:22 GS:2 HC:113 AZ:35 PROT:55 SAL:1

9
Macarrones con salsa de tomate
Salteado de cerdo con pisto suave
Fruta y pan

VE:3.076/736 GT:2 GS:0 HC:78 AZ:27 PROT:11 SAL:0

10
Crema de zanahoria
Merluza con pil pil de tomate con patatas panaderas
Yogur y pan

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

11
Lentejas (eco) estofadas con verduras
Tortilla francesa con ensalada de lechuga y aceitunas negras
Fruta y pan

VE:3.168/758 GT:19 GS:3 HC:109 AZ:25 PROT:27 SAL:2

14
VACACIONES SEMANA SANTA

15
VACACIONES SEMANA SANTA

16
VACACIONES SEMANA SANTA

17
VACACIONES SEMANA SANTA

18
VACACIONES SEMANA SANTA

21
VACACIONES SEMANA SANTA

22
Lentejas (eco) estofadas con verduras
Tortilla de patatas con ensalada de lechuga, pepino y aceitunas
Fruta y pan

VE:3.244/776 GT:22 GS:3 HC:122 AZ:26 PROT:30 SAL:2

23
FESTIVO

24
Salteado de brócoli con patatas
Pollo asado con tomillo con ensalada de lechuga y tomate
Yogur y pan

VE:3.290/787 GT:19 GS:6 HC:47 AZ:13 PROT:48 SAL:1

25
Alubias pintas estofadas con arroz integral
Caballa al horno y aliño de limón con ensalada de lechuga y remolacha
Fruta y pan

VE:3.311/792 GT:27 GS:5 HC:85 AZ:27 PROT:34 SAL:1

28
Arroz con salsa de tomate
Tortilla francesa con atún con ensalada de lechuga y maíz
Fruta y pan

VE:3.076/736 GT:16 GS:3 HC:116 AZ:25 PROT:26 SAL:1

29
Garbanzos estofados con espinacas y huevo duro
Suprema de salmón al limón con ensalada de lechuga y aceitunas negras
Fruta y pan

VE:3.331/797 GT:14 GS:1 HC:108 AZ:34 PROT:28 SAL:1

30
Sopa de fideos
Salteado de cerdo con pisto suave
Fruta y pan

VE:3.093/740 GT:8 GS:1 HC:84 AZ:26 PROT:29 SAL:1

MES: Abril 2025

- Nombre del Colegio -

Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes
ALERGIA AL GALLO, MARISCO, SESAMO, NUECES, Y KIWI	1 Garbanzos (eco.) con espinacas con arroz integral Tortilla francesa con atún con ensalada de lechuga, pepino y maíz Fruta y pan <small>VE:3.235/774 GT:24 GS:3 HC:114 AZ:28 PROT:36 SAL:2</small>	2 Sopa de estrellas Lomo asado con salsa de manzana con ensalada de lechuga y tomate Fruta y pan <small>VE:3.072/735 GT:15 GS:4 HC:86 AZ:31 PROT:40 SAL:2</small>	3 Alubias pintas estofadas con arroz integral Filete de merluza al horno con ensalada de lechuga y remolacha Yogur y pan <small>VE:3.319/794 GT:31 GS:6 HC:62 AZ:12 PROT:43 SAL:1</small>	4 Salteado de acelgas frescas (eco.) Pollo a la barbacoa con patatas panaderas Fruta y pan <small>VE:3.256/779 GT:50 GS:3 HC:93 AZ:28 PROT:22 SAL:2</small>
7 Arroz con salsa de tomate Tortilla francesa con cebolla y calabacín con ensalada de lechuga y maíz Fruta y pan <small>VE:3.076/736 GT:11 GS:1 HC:119 AZ:27 PROT:21 SAL:1</small>	8 Garbanzos estofados con verduras Suprema de salmón al limón con ensalada de lechuga y aceitunas negras Fruta y pan <small>VE:3.311/792 GT:22 GS:2 HC:113 AZ:35 PROT:55 SAL:1</small>	9 Macarrones con salsa de tomate Salteado de cerdo con pisto suave Fruta y pan <small>VE:3.076/736 GT:2 GS:0 HC:78 AZ:27 PROT:11 SAL:0</small>	10 Crema de zanahoria Filete de merluza a la plancha con patatas panaderas Yogur y pan <small>VE:3.210/768 GT:27 GS:6 HC:67 AZ:15 PROT:34 SAL:1</small>	11 Lentejas (eco) estofadas con verduras Tortilla francesa con ensalada de lechuga, pimiento y aceitunas negras Fruta y pan <small>VE:3.168/758 GT:19 GS:3 HC:109 AZ:25 PROT:27 SAL:2</small>
14 VACACIONES SEMANA SANTA	15 VACACIONES SEMANA SANTA	16 VACACIONES SEMANA SANTA	17 VACACIONES SEMANA SANTA	18 VACACIONES SEMANA SANTA
21 VACACIONES SEMANA SANTA	22 Lentejas (eco) estofadas con verduras Tortilla de patatas con ensalada de lechuga, pepino y aceitunas Fruta y pan <small>VE:3.244/776 GT:22 GS:3 HC:122 AZ:26 PROT:30 SAL:2</small>	23 FESTIVO	24 Salteado de brócoli con patatas Pollo asado con tomillo con ensalada de lechuga y tomate Yogur y pan <small>VE:3.290/787 GT:19 GS:6 HC:47 AZ:13 PROT:48 SAL:1</small>	25 Alubias pintas estofadas con arroz integral Caballa al horno y aliño de limón con ensalada de lechuga y remolacha Fruta y pan <small>VE:3.311/792 GT:27 GS:5 HC:85 AZ:27 PROT:34 SAL:1</small>
28 Arroz con salsa de tomate Tortilla francesa con atún con ensalada de lechuga y maíz Fruta y pan <small>VE:3.076/736 GT:16 GS:3 HC:116 AZ:25 PROT:26 SAL:1</small>	29 Garbanzos estofados con espinacas y huevo duro Suprema de salmón al limón con ensalada de lechuga y aceitunas negras Fruta y pan <small>VE:3.331/797 GT:14 GS:1 HC:108 AZ:34 PROT:28 SAL:1</small>	30 Sopa de fideos Salteado de cerdo con pisto suave Fruta y pan <small>VE:3.093/740 GT:8 GS:1 HC:84 AZ:26 PROT:29 SAL:1</small>		

MES: Abril 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

1
Garbanzos (eco.) con espinacas con arroz integral
Tortilla francesa con atún con ensalada de lechuga, pepino y maíz
Fruta y pan integral

VE:3.235/774 GT:24 GS:3 HC:114 AZ:28 PROT:36 SAL:2

2
Sopa de estrellas
Lomo asado con salsa de manzana con ensalada de lechuga y zanahoria
Fruta y pan

VE:3.072/735 GT:15 GS:4 HC:86 AZ:31 PROT:40 SAL:2

3
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

4
Salteado de acelgas frescas (eco.)
Pollo asado con patatas panaderas
Fruta y pan

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

7
Arroz blanco
Tortilla francesa con cebolla y calabacín con ensalada de lechuga y maíz
Fruta y pan

VE:3.076/736 GT:11 GS:1 HC:119 AZ:27 PROT:21 SAL:1

8
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:22 GS:2 HC:113 AZ:35 PROT:55 SAL:1

9
Macarrones salteados
Lomo a la plancha con salteado de verduras
Fruta y pan

VE:3.076/736 GT:2 GS:0 HC:78 AZ:27 PROT:11 SAL:0

10
Crema de zanahoria
Filete de merluza al horno con patatas panaderas
Yogur y pan integral

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

11
Lentejas (eco) estofadas con verduras
Tortilla francesa con ensalada de lechuga, pimiento y aceitunas negras
Fruta y pan

VE:3.168/758 GT:19 GS:3 HC:109 AZ:25 PROT:27 SAL:2

14
VACACIONES SEMANA SANTA

15
VACACIONES SEMANA SANTA

16
VACACIONES SEMANA SANTA

17
VACACIONES SEMANA SANTA

18
VACACIONES SEMANA SANTA

21
VACACIONES SEMANA SANTA

22
Lentejas (eco) estofadas con verduras
Tortilla de patatas con ensalada de lechuga, pepino y aceitunas
Fruta y pan integral

VE:3.244/776 GT:22 GS:3 HC:122 AZ:26 PROT:30 SAL:2

23
FESTIVO

24
Salteado de brócoli con patatas
Pollo asado con tomillo con ensalada de lechuga y maíz
Yogur y pan integral

VE:3.290/787 GT:19 GS:6 HC:47 AZ:13 PROT:48 SAL:1

25
Alubias pintas estofadas con arroz integral
Caballa al horno y aliño de limón con ensalada de lechuga y remolacha
Fruta y pan

VE:3.311/792 GT:27 GS:5 HC:85 AZ:27 PROT:34 SAL:1

28
Arroz blanco
Tortilla francesa con atún con ensalada de lechuga y maíz
Fruta y pan

VE:3.076/736 GT:16 GS:3 HC:116 AZ:25 PROT:26 SAL:1

29
Garbanzos estofados con espinacas y huevo duro
Suprema de salmón al limón con ensalada de lechuga y aceitunas negras
Fruta y pan integral

VE:3.331/797 GT:14 GS:1 HC:108 AZ:34 PROT:28 SAL:1

30
Sopa marinera de pescado y fideos
Lomo a la plancha con salteado de verduras
Fruta y pan

VE:3.093/740 GT:8 GS:1 HC:84 AZ:26 PROT:29 SAL:1

MES: Abril 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

1
Garbanzos (eco.) con espinacas con arroz integral
Tortilla francesa con atún con ensalada de lechuga, pepino y maíz
Fruta y pan

VE:3.235/774 GT:24 GS:3 HC:114 AZ:28 PROT:36 SAL:2

2
Sopa de estrellas
Lomo asado con salsa de manzana con ensalada de lechuga y tomate
Fruta y pan

VE:3.072/735 GT:15 GS:4 HC:86 AZ:31 PROT:40 SAL:2

3
Alubias pintas estofadas con arroz integral
Abadejo a la donostiarra con ensalada de lechuga y remolacha
Yogur y pan

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

4
Salteado de acelgas frescas (eco.)
Pollo a la barbacoa con patatas panaderas
Fruta y pan

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

7
Arroz con salsa de tomate
Tortilla francesa con cebolla y calabacín con ensalada de lechuga y maíz
Fruta y pan

VE:3.076/736 GT:11 GS:1 HC:119 AZ:27 PROT:21 SAL:1

8
Garbanzos estofados con verduras
Suprema de salmón al limón con ensalada de lechuga y aceitunas negras
Fruta y pan

VE:3.311/792 GT:22 GS:2 HC:113 AZ:35 PROT:55 SAL:1

9
Macarrones con salsa de tomate
Salteado de cerdo con pisto suave
Fruta y pan

VE:3.076/736 GT:2 GS:0 HC:78 AZ:27 PROT:11 SAL:0

10
Crema de zanahoria
Merluza con pil pil de tomate con patatas panaderas
Yogur y pan

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

11
Lentejas (eco) estofadas con verduras
Tortilla francesa con ensalada de lechuga, pimiento y aceitunas negras
Fruta y pan

VE:3.168/758 GT:19 GS:3 HC:109 AZ:25 PROT:27 SAL:2

14
VACACIONES SEMANA SANTA

15
VACACIONES SEMANA SANTA

16
VACACIONES SEMANA SANTA

17
VACACIONES SEMANA SANTA

18
VACACIONES SEMANA SANTA

21
VACACIONES SEMANA SANTA

22
Lentejas (eco) estofadas con verduras
Tortilla de patatas con ensalada de lechuga, pepino y aceitunas
Fruta y pan

VE:3.244/776 GT:22 GS:3 HC:122 AZ:26 PROT:30 SAL:2

23
FESTIVO

24
Salteado de brócoli con patatas
Pollo asado con tomillo con ensalada de lechuga y tomate
Yogur y pan

VE:3.290/787 GT:19 GS:6 HC:47 AZ:13 PROT:48 SAL:1

25
Alubias pintas estofadas con arroz integral
Caballa al horno y aliño de limón con ensalada de lechuga y remolacha
Fruta y pan

VE:3.311/792 GT:27 GS:5 HC:85 AZ:27 PROT:34 SAL:1

28
Arroz con salsa de tomate
Tortilla francesa con atún con ensalada de lechuga y maíz
Fruta y pan

VE:3.076/736 GT:16 GS:3 HC:116 AZ:25 PROT:26 SAL:1

29
Garbanzos estofados con espinacas y huevo duro
Suprema de salmón al limón con ensalada de lechuga y aceitunas negras
Fruta y pan

VE:3.331/797 GT:14 GS:1 HC:108 AZ:34 PROT:28 SAL:1

30
Sopa de fideos
Salteado de cerdo con pisto suave
Fruta y pan

VE:3.093/740 GT:8 GS:1 HC:84 AZ:26 PROT:29 SAL:1

MES: Abril 2025

- Nombre del Colegio -

Lunes

Martes

Miércoles

Jueves

Viernes

SIN QUESO, PLATANOS, PURES, NI LECHE CON LACTOSA

1
Garbanzos (eco.) con espinacas con arroz integral
Tortilla francesa con atún con ensalada de lechuga, pepino y maiz
Fruta y pan integral

VE:3.235/774 GT:24 GS:3 HC:114 AZ:28 PROT:36 SAL:2

2
Sopa de estrellas
Lomo asado con salsa de manzana con ensalada de lechuga y tomate
Fruta y pan

VE:3.072/735 GT:15 GS:4 HC:86 AZ:31 PROT:40 SAL:2

3
Alubias pintas estofadas con arroz integral
Abadejo a la donostiarra con ensalada de lechuga y remolacha
Yogur de soja y pan integral

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

4
Salteado de acelgas frescas (eco.)
Pollo a la barbacoa con patatas panaderas
Fruta y pan

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

7
Arroz con salsa de tomate
Tortilla francesa con cebolla y calabacín con ensalada de lechuga y maíz
Fruta y pan

VE:3.076/736 GT:11 GS:1 HC:119 AZ:27 PROT:21 SAL:1

8
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:22 GS:2 HC:113 AZ:35 PROT:55 SAL:1

9
Macarrones con salsa de tomate
Salteado de cerdo con pisto suave
Fruta y pan

VE:3.076/736 GT:2 GS:0 HC:78 AZ:27 PROT:11 SAL:0

10
Patatas estofadas
Merluza con pil pil de tomate con patatas panaderas
Yogur de soja y pan integral

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

11
Lentejas (eco) estofadas con verduras
Tortilla francesa con ensalada de lechuga, pimiento y aceitunas negras
Fruta y pan

VE:3.168/758 GT:19 GS:3 HC:109 AZ:25 PROT:27 SAL:2

14
VACACIONES SEMANA SANTA

15
VACACIONES SEMANA SANTA

16
VACACIONES SEMANA SANTA

17
VACACIONES SEMANA SANTA

18
VACACIONES SEMANA SANTA

21
VACACIONES SEMANA SANTA

22
Lentejas (eco) estofadas con verduras
Tortilla de patatas con ensalada de lechuga, pepino y aceitunas
Fruta y pan integral

VE:3.244/776 GT:22 GS:3 HC:122 AZ:26 PROT:30 SAL:2

23
FESTIVO

24
Salteado de brócoli con patatas
Pollo asado con tomillo con ensalada de lechuga y tomate
Yogur de soja y pan integral

VE:3.290/787 GT:19 GS:6 HC:47 AZ:13 PROT:48 SAL:1

25
Alubias pintas estofadas con arroz integral
Caballa al horno y aliño de limón con ensalada de lechuga y remolacha
Fruta y pan

VE:3.311/792 GT:27 GS:5 HC:85 AZ:27 PROT:34 SAL:1

28
Arroz con salsa de tomate
Tortilla francesa con atún con ensalada de lechuga y maíz
Fruta y pan

VE:3.076/736 GT:16 GS:3 HC:116 AZ:25 PROT:26 SAL:1

29
Garbanzos estofados con espinacas y huevo duro
Suprema de salmón al limón con ensalada de lechuga y aceitunas negras
Fruta y pan integral

VE:3.331/797 GT:14 GS:1 HC:108 AZ:34 PROT:28 SAL:1

30
Sopa de pasta
Salteado de cerdo con pisto suave
Fruta y pan

VE:3.093/740 GT:8 GS:1 HC:84 AZ:26 PROT:29 SAL:1

MES: Abril 2025

- Nombre del Colegio -

Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes
SIN QUESONI LACTOSA	<p>1 Garbanzos (eco.) con espinacas con arroz integral Tortilla francesa con atún con ensalada de lechuga, pepino y maiz Fruta y pan integral</p> <p>VE:3.235/774 GT:24 GS:3 HC:114 AZ:28 PROT:36 SAL:2</p>	<p>2 Sopa de estrellas Lomo asado con salsa de manzana con ensalada de lechuga y tomate Fruta y pan</p> <p>VE:3.072/735 GT:15 GS:4 HC:86 AZ:31 PROT:40 SAL:2</p>	<p>3 Alubias pintas estofadas con arroz integral Abadejo a la donostiarra con ensalada de lechuga y remolacha Yogur de soja y pan integral</p> <p>VE:3.319/794 GT:31 GS:6 HC:62 AZ:12 PROT:43 SAL:1</p>	<p>4 Salteado de acelgas frescas (eco.) Pollo a la barbacoa con patatas panaderas Fruta y pan</p> <p>VE:3.256/779 GT:50 GS:3 HC:93 AZ:28 PROT:22 SAL:2</p>
<p>7 Arroz con salsa de tomate Tortilla francesa con cebolla y calabacín con ensalada de lechuga y maíz Fruta y pan</p> <p>VE:3.076/736 GT:11 GS:1 HC:119 AZ:27 PROT:21 SAL:1</p>	<p>8 Garbanzos estofados con verduras Suprema de salmón al limón con ensalada de lechuga y aceitunas negras Fruta y pan integral</p> <p>VE:3.311/792 GT:22 GS:2 HC:113 AZ:35 PROT:55 SAL:1</p>	<p>9 Macarrones con salsa de tomate Salteado de cerdo con pisto suave Fruta y pan</p> <p>VE:3.076/736 GT:2 GS:0 HC:78 AZ:27 PROT:11 SAL:0</p>	<p>10 Crema de zanahoria Merluza con pil pil de tomate con patatas panaderas Yogur de soja y pan integral</p> <p>VE:3.210/768 GT:27 GS:6 HC:67 AZ:15 PROT:34 SAL:1</p>	<p>11 Lentejas (eco) estofadas con verduras Tortilla francesa con ensalada de lechuga, pimiento y aceitunas negras Fruta y pan</p> <p>VE:3.168/758 GT:19 GS:3 HC:109 AZ:25 PROT:27 SAL:2</p>
VACACIONES SEMANA SANTA	VACACIONES SEMANA SANTA	VACACIONES SEMANA SANTA	VACACIONES SEMANA SANTA	VACACIONES SEMANA SANTA
VACACIONES SEMANA SANTA	<p>22 Lentejas (eco) estofadas con verduras Tortilla de patatas con ensalada de lechuga, pepino y aceitunas Fruta y pan integral</p> <p>VE:3.244/776 GT:22 GS:3 HC:122 AZ:26 PROT:30 SAL:2</p>	FESTIVO	<p>24 Salteado de brócoli con patatas Pollo asado con tomillo con ensalada de lechuga y tomate Yogur de soja y pan integral</p> <p>VE:3.290/787 GT:19 GS:6 HC:47 AZ:13 PROT:48 SAL:1</p>	<p>25 Alubias pintas estofadas con arroz integral Caballa al horno y aliño de limón con ensalada de lechuga y remolacha Fruta y pan</p> <p>VE:3.311/792 GT:27 GS:5 HC:85 AZ:27 PROT:34 SAL:1</p>
<p>28 Arroz con salsa de tomate Tortilla francesa con atún con ensalada de lechuga y maíz Fruta y pan</p> <p>VE:3.076/736 GT:16 GS:3 HC:116 AZ:25 PROT:26 SAL:1</p>	<p>29 Garbanzos estofados con espinacas y huevo duro Suprema de salmón al limón con ensalada de lechuga y aceitunas negras Fruta y pan integral</p> <p>VE:3.331/797 GT:14 GS:1 HC:108 AZ:34 PROT:28 SAL:1</p>	<p>30 Sopa de pasta Salteado de cerdo con pisto suave Fruta y pan</p> <p>VE:3.093/740 GT:8 GS:1 HC:84 AZ:26 PROT:29 SAL:1</p>		

MES: Abril 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

1
Garbanzos (eco.) con espinacas con arroz integral
Tortilla francesa con atún con ensalada de lechuga, pepino y maiz
Fruta y pan integral

VE:3.235/774 GT:24 GS:3 HC:114 AZ:28 PROT:36 SAL:2

2
Sopa de estrellas
Lomo asado con salsa de manzana con ensalada de lechuga y tomate
Fruta y pan

VE:3.072/735 GT:15 GS:4 HC:86 AZ:31 PROT:40 SAL:2

3
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

4
Salteado de acelgas frescas (eco.)
Magro a la plancha con patatas panaderas
Fruta y pan

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

7
Arroz con salsa de tomate
Tortilla francesa con cebolla y calabacín con ensalada de lechuga y maíz
Fruta y pan

VE:3.076/736 GT:11 GS:1 HC:119 AZ:27 PROT:21 SAL:1

8
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:22 GS:2 HC:113 AZ:35 PROT:55 SAL:1

9
Macarrones con salsa de tomate
Salteado de cerdo con pisto suave
Fruta y pan

VE:3.076/736 GT:2 GS:0 HC:78 AZ:27 PROT:11 SAL:0

10
Crema de zanahoria
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

11
Lentejas (eco) estofadas con verduras
Tortilla francesa con ensalada de lechuga, pimiento y aceitunas negras
Fruta y pan

VE:3.168/758 GT:19 GS:3 HC:109 AZ:25 PROT:27 SAL:2

14
VACACIONES SEMANA SANTA

15
VACACIONES SEMANA SANTA

16
VACACIONES SEMANA SANTA

17
VACACIONES SEMANA SANTA

18
VACACIONES SEMANA SANTA

21
VACACIONES SEMANA SANTA

22
Lentejas (eco) estofadas con verduras
Tortilla de patatas con ensalada de lechuga, pepino y aceitunas
Fruta y pan integral

VE:3.244/776 GT:22 GS:3 HC:122 AZ:26 PROT:30 SAL:2

23
FESTIVO

24
Salteado de brócoli con patatas
Magro a la plancha con ensalada de lechuga y tomate
Yogur y pan integral

VE:3.290/787 GT:19 GS:6 HC:47 AZ:13 PROT:48 SAL:1

25
Alubias pintas estofadas con arroz integral
Caballa al horno y aliño de limón con ensalada de lechuga y remolacha
Fruta y pan

VE:3.311/792 GT:27 GS:5 HC:85 AZ:27 PROT:34 SAL:1

28
Arroz con salsa de tomate
Tortilla francesa con atún con ensalada de lechuga y maíz
Fruta y pan

VE:3.076/736 GT:16 GS:3 HC:116 AZ:25 PROT:26 SAL:1

29
Garbanzos estofados con espinacas y huevo duro
Suprema de salmón al limón con ensalada de lechuga y aceitunas negras
Fruta y pan integral

VE:3.331/797 GT:14 GS:1 HC:108 AZ:34 PROT:28 SAL:1

30
Sopa marinera de pescado y fideos
Salteado de cerdo con pisto suave
Fruta y pan

VE:3.093/740 GT:8 GS:1 HC:84 AZ:26 PROT:29 SAL:1

MES: Abril 2025

- Nombre del Colegio -

Lunes

Martes

Miércoles

Jueves

Viernes

SIN PLATANO

1
Garbanzos (eco.) con espinacas
con arroz integral
Tortilla francesa con atún con
ensalada de lechuga, pepino y
maíz
Fruta y pan integral

VE:3.235/774 GT:24 GS:3 HC:114 AZ:28 PROT:36 SAL:2

2
Sopa de estrellas
Lomo asado con salsa de
manzana con ensalada de
lechuga y tomate
Fruta y pan

VE:3.072/735 GT:15 GS:4 HC:86 AZ:31 PROT:40 SAL:2

3
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

4
Salteado de acelgas frescas
(eco.)
Pollo a la barbacoa con patatas
panaderas
Fruta y pan

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

7
Arroz con salsa de tomate
Tortilla francesa con cebolla y
calabacín con ensalada de
lechuga y maíz
Fruta y pan

VE:3.076/736 GT:11 GS:1 HC:119 AZ:27 PROT:21 SAL:1

8
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:22 GS:2 HC:113 AZ:35 PROT:55 SAL:1

9
Macarrones con salsa de tomate
Salteado de cerdo con pisto
suave
Fruta y pan

VE:3.076/736 GT:2 GS:0 HC:78 AZ:27 PROT:11 SAL:0

10
Crema de zanahoria
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

11
Lentejas (eco) estofadas con
verduras
Tortilla francesa con ensalada
de lechuga, pimiento y aceitunas
negras
Fruta y pan

VE:3.168/758 GT:19 GS:3 HC:109 AZ:25 PROT:27 SAL:2

14
VACACIONES SEMANA
SANTA

15
VACACIONES SEMANA
SANTA

16
VACACIONES SEMANA
SANTA

17
VACACIONES SEMANA
SANTA

18
VACACIONES SEMANA
SANTA

21
VACACIONES SEMANA
SANTA

22
Lentejas (eco) estofadas con
verduras
Tortilla de patatas con ensalada
de lechuga, pepino y aceitunas
Fruta y pan integral

VE:3.244/776 GT:22 GS:3 HC:122 AZ:26 PROT:30 SAL:2

23
FESTIVO

24
Salteado de brócoli con patatas
Pollo asado con tomillo con
ensalada de lechuga y tomate
Yogur y pan integral

VE:3.290/787 GT:19 GS:6 HC:47 AZ:13 PROT:48 SAL:1

25
Alubias pintas estofadas con
arroz integral
Caballa al horno y aliño de limón
con ensalada de lechuga y
remolacha
Fruta y pan

VE:3.311/792 GT:27 GS:5 HC:85 AZ:27 PROT:34 SAL:1

28
Arroz con salsa de tomate
Tortilla francesa con atún con
ensalada de lechuga y maíz
Fruta y pan

VE:3.076/736 GT:16 GS:3 HC:116 AZ:25 PROT:26 SAL:1

29
Garbanzos estofados con
espinacas y huevo duro
Suprema de salmón al limón con
ensalada de lechuga y aceitunas
negras
Fruta y pan integral

VE:3.331/797 GT:14 GS:1 HC:108 AZ:34 PROT:28 SAL:1

30
Sopa marinera de pescado y
fideos
Salteado de cerdo con pisto
suave
Fruta y pan

VE:3.093/740 GT:8 GS:1 HC:84 AZ:26 PROT:29 SAL:1

MES: Abril 2025

- Nombre del Colegio -

Lunes

Martes

Miércoles

Jueves

Viernes

ALERGICO A LOS PISTACHOS

1
Garbanzos (eco.) con espinacas con arroz integral
Tortilla francesa con atún con ensalada de lechuga, pepino y maiz
Fruta y pan

VE:3.235/774 GT:24 GS:3 HC:114 AZ:28 PROT:36 SAL:2

2
Sopa de estrellas
Lomo asado con salsa de manzana con ensalada de lechuga y tomate
Fruta y pan

VE:3.072/735 GT:15 GS:4 HC:86 AZ:31 PROT:40 SAL:2

3
Alubias pintas estofadas con arroz integral
Abadejo a la donostiarra con ensalada de lechuga y remolacha
Yogur y pan

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

4
Salteado de acelgas frescas (eco.)
Pollo a la barbacoa con patatas panaderas
Fruta y pan

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

7
Arroz con salsa de tomate
Tortilla francesa con cebolla y calabacín con ensalada de lechuga y maíz
Fruta y pan

VE:3.076/736 GT:11 GS:1 HC:119 AZ:27 PROT:21 SAL:1

8
Garbanzos estofados con verduras
Suprema de salmón al limón con ensalada de lechuga y aceitunas negras
Fruta y pan

VE:3.311/792 GT:22 GS:2 HC:113 AZ:35 PROT:55 SAL:1

9
Macarrones con salsa de tomate
Salteado de cerdo con pisto suave
Fruta y pan

VE:3.076/736 GT:2 GS:0 HC:78 AZ:27 PROT:11 SAL:0

10
Crema de zanahoria
Merluza con pil pil de tomate con patatas panaderas
Yogur y pan

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

11
Lentejas (eco) estofadas con verduras
Tortilla francesa con ensalada de lechuga, pimiento y aceitunas negras
Fruta y pan

VE:3.168/758 GT:19 GS:3 HC:109 AZ:25 PROT:27 SAL:2

14
VACACIONES SEMANA SANTA

15
VACACIONES SEMANA SANTA

16
VACACIONES SEMANA SANTA

17
VACACIONES SEMANA SANTA

18
VACACIONES SEMANA SANTA

21
VACACIONES SEMANA SANTA

22
Lentejas (eco) estofadas con verduras
Tortilla de patatas con ensalada de lechuga, pepino y aceitunas
Fruta y pan

VE:3.244/776 GT:22 GS:3 HC:122 AZ:26 PROT:30 SAL:2

23
FESTIVO

24
Salteado de brócoli con patatas
Pollo asado con tomillo con ensalada de lechuga y tomate
Yogur y pan

VE:3.290/787 GT:19 GS:6 HC:47 AZ:13 PROT:48 SAL:1

25
Alubias pintas estofadas con arroz integral
Caballa al horno y aliño de limón con ensalada de lechuga y remolacha
Fruta y pan

VE:3.311/792 GT:27 GS:5 HC:85 AZ:27 PROT:34 SAL:1

28
Arroz con salsa de tomate
Tortilla francesa con atún con ensalada de lechuga y maíz
Fruta y pan

VE:3.076/736 GT:16 GS:3 HC:116 AZ:25 PROT:26 SAL:1

29
Garbanzos estofados con espinacas y huevo duro
Suprema de salmón al limón con ensalada de lechuga y aceitunas negras
Fruta y pan

VE:3.331/797 GT:14 GS:1 HC:108 AZ:34 PROT:28 SAL:1

30
Sopa de fideos
Salteado de cerdo con pisto suave
Fruta y pan

VE:3.093/740 GT:8 GS:1 HC:84 AZ:26 PROT:29 SAL:1

MES: Abril 2025

- Nombre del Colegio -

Lunes

Martes

Miércoles

Jueves

Viernes

SIN NUECES

1
Garbanzos (eco.) con espinacas
con arroz integral
Tortilla francesa con atún con
ensalada de lechuga, pepino y
maíz
Fruta y pan

VE:3.235/774 GT:24 GS:3 HC:114 AZ:28 PROT:36 SAL:2

2
Sopa de estrellas
Lomo asado con salsa de
manzana con ensalada de
lechuga y tomate
Fruta y pan

VE:3.072/735 GT:15 GS:4 HC:86 AZ:31 PROT:40 SAL:2

3
Alubias pintas estofadas con
arroz integral
Abadejo a la donostiarra con
ensalada de lechuga y
remolacha
Yogur y pan

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

4
Salteado de acelgas frescas
(eco.)
Pollo a la barbacoa con patatas
panaderas
Fruta y pan

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

7
Arroz con salsa de tomate
Tortilla francesa con cebolla y
calabacín con ensalada de
lechuga y maíz
Fruta y pan

VE:3.076/736 GT:11 GS:1 HC:119 AZ:27 PROT:21 SAL:1

8
Garbanzos estofados con
verduras
Suprema de salmón al limón con
ensalada de lechuga y aceitunas
negras
Fruta y pan

VE:3.311/792 GT:22 GS:2 HC:113 AZ:35 PROT:55 SAL:1

9
Macarrones con salsa de tomate
Salteado de cerdo con pisto
suave
Fruta y pan

VE:3.076/736 GT:2 GS:0 HC:78 AZ:27 PROT:11 SAL:0

10
Crema de zanahoria
Merluza con pil pil de tomate con
patatas panaderas
Yogur y pan

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

11
Lentejas (eco) estofadas con
verduras
Tortilla francesa con ensalada
de lechuga, pimiento y aceitunas
negras
Fruta y pan

VE:3.168/758 GT:19 GS:3 HC:109 AZ:25 PROT:27 SAL:2

14
**VACACIONES SEMANA
SANTA**

15
**VACACIONES SEMANA
SANTA**

16
**VACACIONES SEMANA
SANTA**

17
**VACACIONES SEMANA
SANTA**

18
**VACACIONES SEMANA
SANTA**

21
**VACACIONES SEMANA
SANTA**

22
Lentejas (eco) estofadas con
verduras
Tortilla de patatas con ensalada
de lechuga, pepino y aceitunas
Fruta y pan

VE:3.244/776 GT:22 GS:3 HC:122 AZ:26 PROT:30 SAL:2

23
FESTIVO

24
Salteado de brócoli con patatas
Pollo asado con tomillo con
ensalada de lechuga y tomate
Yogur y pan

VE:3.290/787 GT:19 GS:6 HC:47 AZ:13 PROT:48 SAL:1

25
Alubias pintas estofadas con
arroz integral
Caballa al horno y aliño de limón
con ensalada de lechuga y
remolacha
Fruta y pan

VE:3.311/792 GT:27 GS:5 HC:85 AZ:27 PROT:34 SAL:1

28
Arroz con salsa de tomate
Tortilla francesa con atún con
ensalada de lechuga y maíz
Fruta y pan

VE:3.076/736 GT:16 GS:3 HC:116 AZ:25 PROT:26 SAL:1

29
Garbanzos estofados con
espinacas y huevo duro
Suprema de salmón al limón con
ensalada de lechuga y aceitunas
negras
Fruta y pan

VE:3.331/797 GT:14 GS:1 HC:108 AZ:34 PROT:28 SAL:1

30
Sopa de fideos
Salteado de cerdo con pisto
suave
Fruta y pan

VE:3.093/740 GT:8 GS:1 HC:84 AZ:26 PROT:29 SAL:1

MES: Abril 2025

- Nombre del Colegio -

Lunes

Martes

Miércoles

Jueves

Viernes

SIN MELOCOTON

1
Garbanzos (eco.) con espinacas con arroz integral
Tortilla francesa con atún con ensalada de lechuga, pepino y maíz
Fruta y pan integral

VE:3.235/774 GT:24 GS:3 HC:114 AZ:28 PROT:36 SAL:2

2
Sopa de estrellas
Lomo asado con salsa de manzana con ensalada de lechuga y tomate
Fruta y pan

VE:3.072/735 GT:15 GS:4 HC:86 AZ:31 PROT:40 SAL:2

3
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

4
Salteado de acelgas frescas (eco.)
Pollo a la barbacoa con patatas panaderas
Fruta y pan

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

7
Arroz con salsa de tomate
Tortilla francesa con cebolla y calabacín con ensalada de lechuga y maíz
Fruta y pan

VE:3.076/736 GT:11 GS:1 HC:119 AZ:27 PROT:21 SAL:1

8
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:22 GS:2 HC:113 AZ:35 PROT:55 SAL:1

9
Macarrones con salsa de tomate
Salteado de cerdo con pisto suave
Fruta y pan

VE:3.076/736 GT:2 GS:0 HC:78 AZ:27 PROT:11 SAL:0

10
Crema de zanahoria
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

11
Lentejas (eco) estofadas con verduras
Tortilla francesa con ensalada de lechuga, pimiento y aceitunas negras
Fruta y pan

VE:3.168/758 GT:19 GS:3 HC:109 AZ:25 PROT:27 SAL:2

14
VACACIONES SEMANA SANTA

15
VACACIONES SEMANA SANTA

16
VACACIONES SEMANA SANTA

17
VACACIONES SEMANA SANTA

18
VACACIONES SEMANA SANTA

21
VACACIONES SEMANA SANTA

22
Lentejas (eco) estofadas con verduras
Tortilla de patatas con ensalada de lechuga, pepino y aceitunas
Fruta y pan integral

VE:3.244/776 GT:22 GS:3 HC:122 AZ:26 PROT:30 SAL:2

23
FESTIVO

24
Salteado de brócoli con patatas
Pollo asado con tomillo con ensalada de lechuga y tomate
Yogur y pan integral

VE:3.290/787 GT:19 GS:6 HC:47 AZ:13 PROT:48 SAL:1

25
Alubias pintas estofadas con arroz integral
Caballa al horno y aliño de limón con ensalada de lechuga y remolacha
Fruta y pan

VE:3.311/792 GT:27 GS:5 HC:85 AZ:27 PROT:34 SAL:1

28
Arroz con salsa de tomate
Tortilla francesa con atún con ensalada de lechuga y maíz
Fruta y pan

VE:3.076/736 GT:16 GS:3 HC:116 AZ:25 PROT:26 SAL:1

29
Garbanzos estofados con espinacas y huevo duro
Suprema de salmón al limón con ensalada de lechuga y aceitunas negras
Fruta y pan integral

VE:3.331/797 GT:14 GS:1 HC:108 AZ:34 PROT:28 SAL:1

30
Sopa marinera de pescado y fideos
Salteado de cerdo con pisto suave
Fruta y pan

VE:3.093/740 GT:8 GS:1 HC:84 AZ:26 PROT:29 SAL:1

MES: Abril 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

1
Garbanzos (eco.) con espinacas con arroz integral
Tortilla francesa con atún con ensalada de lechuga, pepino y maiz
Fruta y pan integral

VE:3.235/774 GT:24 GS:3 HC:114 AZ:28 PROT:36 SAL:2

2
Sopa de estrellas
Lomo asado con salsa de manzana con ensalada de lechuga y tomate
Fruta y pan

VE:3.072/735 GT:15 GS:4 HC:86 AZ:31 PROT:40 SAL:2

3
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

4
Salteado de acelgas frescas (eco.)
Pollo a la barbacoa con patatas panaderas
Fruta y pan

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

7
Arroz con salsa de tomate
Tortilla francesa con cebolla y calabacín con ensalada de lechuga y maíz
Fruta y pan

VE:3.076/736 GT:11 GS:1 HC:119 AZ:27 PROT:21 SAL:1

8
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:22 GS:2 HC:113 AZ:35 PROT:55 SAL:1

9
Macarrones con salsa de tomate
Salteado de cerdo con pisto suave
Fruta y pan

VE:3.076/736 GT:2 GS:0 HC:78 AZ:27 PROT:11 SAL:0

10
Crema de zanahoria
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

11
Patatas estofadas
Tortilla francesa con ensalada de lechuga, pimiento y aceitunas negras
Fruta y pan

VE:3.168/758 GT:19 GS:3 HC:109 AZ:25 PROT:27 SAL:2

14
VACACIONES SEMANA SANTA

15
VACACIONES SEMANA SANTA

16
VACACIONES SEMANA SANTA

17
VACACIONES SEMANA SANTA

18
VACACIONES SEMANA SANTA

21
VACACIONES SEMANA SANTA

22
Verduras salteadas
Tortilla de patatas con ensalada de lechuga, pepino y aceitunas
Fruta y pan integral

VE:3.244/776 GT:22 GS:3 HC:122 AZ:26 PROT:30 SAL:2

23
FESTIVO

24
Salteado de brócoli con patatas
Pollo asado con tomillo con ensalada de lechuga y tomate
Yogur y pan integral

VE:3.290/787 GT:19 GS:6 HC:47 AZ:13 PROT:48 SAL:1

25
Alubias pintas estofadas con arroz integral
Caballa al horno y aliño de limón con ensalada de lechuga y remolacha
Fruta y pan

VE:3.311/792 GT:27 GS:5 HC:85 AZ:27 PROT:34 SAL:1

28
Arroz con salsa de tomate
Tortilla francesa con atún con ensalada de lechuga y maíz
Fruta y pan

VE:3.076/736 GT:16 GS:3 HC:116 AZ:25 PROT:26 SAL:1

29
Garbanzos estofados con espinacas y huevo duro
Suprema de salmón al limón con ensalada de lechuga y aceitunas negras
Fruta y pan integral

VE:3.331/797 GT:14 GS:1 HC:108 AZ:34 PROT:28 SAL:1

30
Sopa marinera de pescado y fideos
Salteado de cerdo con pisto suave
Fruta y pan

VE:3.093/740 GT:8 GS:1 HC:84 AZ:26 PROT:29 SAL:1

MES: Abril 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

1
Patatas estofadas
Tortilla francesa con atún con ensalada de lechuga, pepino y maíz
Fruta y pan integral

VE:3.235/774 GT:24 GS:3 HC:114 AZ:28 PROT:36 SAL:2

2
Sopa de estrellas
Lomo asado con salsa de manzana con ensalada de lechuga y tomate
Fruta y pan

VE:3.072/735 GT:15 GS:4 HC:86 AZ:31 PROT:40 SAL:2

3
Arroz con salsa de tomate
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

4
Salteado de acelgas frescas (eco.)
Pollo asado con patatas panaderas
Fruta y pan

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

7
Arroz con salsa de tomate
Tortilla francesa con cebolla y calabacín con ensalada de lechuga y maíz
Fruta y pan

VE:3.076/736 GT:11 GS:1 HC:119 AZ:27 PROT:21 SAL:1

8
Verduras salteadas
Suprema de salmón al limón con ensalada de lechuga y aceitunas negras
Fruta y pan integral

VE:3.311/792 GT:22 GS:2 HC:113 AZ:35 PROT:55 SAL:1

9
Macarrones con salsa de tomate
Salteado de cerdo con pisto suave
Fruta y pan

VE:3.076/736 GT:2 GS:0 HC:78 AZ:27 PROT:11 SAL:0

10
Crema de zanahoria
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

11
Patatas estofadas
Tortilla francesa con ensalada de lechuga, pimiento y aceitunas negras
Fruta y pan

VE:3.168/758 GT:19 GS:3 HC:109 AZ:25 PROT:27 SAL:2

14
VACACIONES SEMANA SANTA

15
VACACIONES SEMANA SANTA

16
VACACIONES SEMANA SANTA

17
VACACIONES SEMANA SANTA

18
VACACIONES SEMANA SANTA

21
VACACIONES SEMANA SANTA

22
Verduras salteadas
Tortilla de patatas con ensalada de lechuga, pepino y aceitunas
Fruta y pan integral

VE:3.244/776 GT:22 GS:3 HC:122 AZ:26 PROT:30 SAL:2

23
FESTIVO

24
Salteado de brócoli con patatas
Pollo asado con tomillo con ensalada de lechuga y tomate
Yogur y pan integral

VE:3.290/787 GT:19 GS:6 HC:47 AZ:13 PROT:48 SAL:1

25
Patatas estofadas
Caballa al horno y aliño de limón con ensalada de lechuga y remolacha
Fruta y pan

VE:3.311/792 GT:27 GS:5 HC:85 AZ:27 PROT:34 SAL:1

28
Arroz con salsa de tomate
Tortilla francesa con atún con ensalada de lechuga y maíz
Fruta y pan

VE:3.076/736 GT:16 GS:3 HC:116 AZ:25 PROT:26 SAL:1

29
Crema de zanahoria
Suprema de salmón al limón con ensalada de lechuga y aceitunas negras
Fruta y pan integral

VE:3.331/797 GT:14 GS:1 HC:108 AZ:34 PROT:28 SAL:1

30
Sopa marinera de pescado y fideos
Salteado de cerdo con pisto suave
Fruta y pan

VE:3.093/740 GT:8 GS:1 HC:84 AZ:26 PROT:29 SAL:1

MES: Abril 2025

- Nombre del Colegio -

Lunes

Martes

Miércoles

Jueves

Viernes

<p>SIN LEGUMBRES, COL, BROCOLI NI COLES DE BRUSELAS</p>	<p>1 Patatas estofadas Tortilla francesa con atún con ensalada de lechuga, pepino y maíz Fruta y pan integral VE:3.235/774 GT:24 GS:3 HC:114 AZ:28 PROT:36 SAL:2</p>	<p>2 Sopa de estrellas Lomo asado con salsa de manzana con ensalada de lechuga y tomate Fruta y pan VE:3.072/735 GT:15 GS:4 HC:86 AZ:31 PROT:40 SAL:2</p>	<p>3 Arroz con salsa de tomate 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</p>	<p>4 Salteado de acelgas frescas (eco.) Pollo asado con patatas panaderas Fruta y pan VE:3.256/779 GT:50 GS:3 HC:93 AZ:28 PROT:22 SAL:2</p>
<p>7 Arroz con salsa de tomate Tortilla francesa con cebolla y calabacín con ensalada de lechuga y maíz Fruta y pan VE:3.076/736 GT:11 GS:1 HC:119 AZ:27 PROT:21 SAL:1</p>	<p>8 Verduras salteadas Suprema de salmón al limón con ensalada de lechuga y aceitunas negras Fruta y pan integral VE:3.311/792 GT:22 GS:2 HC:113 AZ:35 PROT:55 SAL:1</p>	<p>9 Macarrones con salsa de tomate Salteado de cerdo con pisto suave Fruta y pan VE:3.076/736 GT:2 GS:0 HC:78 AZ:27 PROT:11 SAL:0</p>	<p>10 Crema de zanahoria 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</p>	<p>11 Patatas estofadas Tortilla francesa con ensalada de lechuga, pimiento y aceitunas negras Fruta y pan VE:3.168/758 GT:19 GS:3 HC:109 AZ:25 PROT:27 SAL:2</p>
<p>14 VACACIONES SEMANA SANTA</p>	<p>15 VACACIONES SEMANA SANTA</p>	<p>16 VACACIONES SEMANA SANTA</p>	<p>17 VACACIONES SEMANA SANTA</p>	<p>18 VACACIONES SEMANA SANTA</p>
<p>21 VACACIONES SEMANA SANTA</p>	<p>22 Verduras salteadas Tortilla de patatas con ensalada de lechuga, pepino y aceitunas Fruta y pan integral VE:3.244/776 GT:22 GS:3 HC:122 AZ:26 PROT:30 SAL:2</p>	<p>23 FESTIVO</p>	<p>24 Arroz con salsa de tomate Pollo asado con tomillo con ensalada de lechuga y tomate Yogur y pan integral VE:3.290/787 GT:19 GS:6 HC:47 AZ:13 PROT:48 SAL:1</p>	<p>25 Patatas estofadas Caballa al horno y aliño de limón con ensalada de lechuga y remolacha Fruta y pan VE:3.311/792 GT:27 GS:5 HC:85 AZ:27 PROT:34 SAL:1</p>
<p>28 Arroz con salsa de tomate Tortilla francesa con atún con ensalada de lechuga y maíz Fruta y pan VE:3.076/736 GT:16 GS:3 HC:116 AZ:25 PROT:26 SAL:1</p>	<p>29 Crema de zanahoria Suprema de salmón al limón con ensalada de lechuga y aceitunas negras Fruta y pan integral VE:3.331/797 GT:14 GS:1 HC:108 AZ:34 PROT:28 SAL:1</p>	<p>30 Sopa marinera de pescado y fideos Salteado de cerdo con pisto suave Fruta y pan VE:3.093/740 GT:8 GS:1 HC:84 AZ:26 PROT:29 SAL:1</p>		

MES: Abril 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

1
Garbanzos (eco.) con espinacas con arroz integral
Tortilla francesa con atún con ensalada de lechuga, pepino y maiz
Fruta y pan integral

VE:3.235/774 GT:24 GS:3 HC:114 AZ:28 PROT:36 SAL:2

2
Sopa de estrellas
Lomo asado con salsa de manzana con ensalada de lechuga y tomate
Fruta y pan

VE:3.072/735 GT:15 GS:4 HC:86 AZ:31 PROT:40 SAL:2

3
Alubias pintas estofadas con arroz integral
Abadejo a la donostiarra con ensalada de lechuga y remolacha
Yogur de soja y pan integral

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

4
Salteado de acelgas frescas (eco.)
Pollo a la barbacoa con patatas panaderas
Fruta y pan

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

7
Arroz con salsa de tomate
Tortilla francesa con cebolla y calabacín con ensalada de lechuga y maíz
Fruta y pan

VE:3.076/736 GT:11 GS:1 HC:119 AZ:27 PROT:21 SAL:1

8
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:22 GS:2 HC:113 AZ:35 PROT:55 SAL:1

9
Macarrones con salsa de tomate
Salteado de cerdo con pisto suave
Fruta y pan

VE:3.076/736 GT:2 GS:0 HC:78 AZ:27 PROT:11 SAL:0

10
Crema de zanahoria
Merluza con pil pil de tomate con patatas panaderas
Yogur de soja y pan integral

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

11
Lentejas (eco) estofadas con verduras
Tortilla francesa con ensalada de lechuga, pimiento y aceitunas negras
Fruta y pan

VE:3.168/758 GT:19 GS:3 HC:109 AZ:25 PROT:27 SAL:2

14
VACACIONES SEMANA SANTA

15
VACACIONES SEMANA SANTA

16
VACACIONES SEMANA SANTA

17
VACACIONES SEMANA SANTA

18
VACACIONES SEMANA SANTA

21
VACACIONES SEMANA SANTA

22
Lentejas (eco) estofadas con verduras
Tortilla de patatas con ensalada de lechuga, pepino y aceitunas
Fruta y pan integral

VE:3.244/776 GT:22 GS:3 HC:122 AZ:26 PROT:30 SAL:2

23
FESTIVO

24
Salteado de brócoli con patatas
Pollo asado con tomillo con ensalada de lechuga y tomate
Yogur de soja y pan integral

VE:3.290/787 GT:19 GS:6 HC:47 AZ:13 PROT:48 SAL:1

25
Alubias pintas estofadas con arroz integral
Caballa al horno y aliño de limón con ensalada de lechuga y remolacha
Fruta y pan

VE:3.311/792 GT:27 GS:5 HC:85 AZ:27 PROT:34 SAL:1

28
Arroz con salsa de tomate
Tortilla francesa con atún con ensalada de lechuga y maíz
Fruta y pan

VE:3.076/736 GT:16 GS:3 HC:116 AZ:25 PROT:26 SAL:1

29
Garbanzos estofados con espinacas y huevo duro
Suprema de salmón al limón con ensalada de lechuga y aceitunas negras
Fruta y pan integral

VE:3.331/797 GT:14 GS:1 HC:108 AZ:34 PROT:28 SAL:1

30
Sopa de pasta
Salteado de cerdo con pisto suave
Fruta y pan

VE:3.093/740 GT:8 GS:1 HC:84 AZ:26 PROT:29 SAL:1

MES: Abril 2025

- Nombre del Colegio -

Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes
SIN LACTOSA NI MANZANA	<p>1 Garbanzos (eco.) con espinacas con arroz integral Tortilla francesa con atún con ensalada de lechuga, pepino y maíz Fruta y pan integral</p> <p>VE:3.235/774 GT:24 GS:3 HC:114 AZ:28 PROT:36 SAL:2</p>	<p>2 Sopa de estrellas Lomo a la plancha con ensalada de lechuga y tomate Fruta y pan</p> <p>VE:3.072/735 GT:15 GS:4 HC:86 AZ:31 PROT:40 SAL:2</p>	<p>3 Alubias pintas estofadas con arroz integral Abadejo a la donostiarra con ensalada de lechuga y remolacha Yogur de soja y pan integral</p> <p>VE:3.319/794 GT:31 GS:6 HC:62 AZ:12 PROT:43 SAL:1</p>	<p>4 Salteado de acelgas frescas (eco.) Pollo a la barbacoa con patatas panaderas Fruta y pan</p> <p>VE:3.256/779 GT:50 GS:3 HC:93 AZ:28 PROT:22 SAL:2</p>
<p>7 Arroz con salsa de tomate Tortilla francesa con cebolla y calabacín con ensalada de lechuga y maíz Fruta y pan</p> <p>VE:3.076/736 GT:11 GS:1 HC:119 AZ:27 PROT:21 SAL:1</p>	<p>8 Garbanzos estofados con verduras Suprema de salmón al limón con ensalada de lechuga y aceitunas negras Fruta y pan integral</p> <p>VE:3.311/792 GT:22 GS:2 HC:113 AZ:35 PROT:55 SAL:1</p>	<p>9 Macarrones con salsa de tomate Salteado de cerdo con pisto suave Fruta y pan</p> <p>VE:3.076/736 GT:2 GS:0 HC:78 AZ:27 PROT:11 SAL:0</p>	<p>10 Crema de zanahoria Merluza con pil pil de tomate con patatas panaderas Yogur de soja y pan integral</p> <p>VE:3.210/768 GT:27 GS:6 HC:67 AZ:15 PROT:34 SAL:1</p>	<p>11 Lentejas (eco) estofadas con verduras Tortilla francesa con ensalada de lechuga, pimiento y aceitunas negras Fruta y pan</p> <p>VE:3.168/758 GT:19 GS:3 HC:109 AZ:25 PROT:27 SAL:2</p>
VACACIONES SEMANA SANTA	VACACIONES SEMANA SANTA	VACACIONES SEMANA SANTA	VACACIONES SEMANA SANTA	VACACIONES SEMANA SANTA
VACACIONES SEMANA SANTA	<p>22 Lentejas (eco) estofadas con verduras Tortilla de patatas con ensalada de lechuga, pepino y aceitunas Fruta y pan integral</p> <p>VE:3.244/776 GT:22 GS:3 HC:122 AZ:26 PROT:30 SAL:2</p>	<p>23 FESTIVO</p>	<p>24 Salteado de brócoli con patatas Pollo asado con tomillo con ensalada de lechuga y tomate Yogur de soja y pan integral</p> <p>VE:3.290/787 GT:19 GS:6 HC:47 AZ:13 PROT:48 SAL:1</p>	<p>25 Alubias pintas estofadas con arroz integral Caballa al horno y aliño de limón con ensalada de lechuga y remolacha Fruta y pan</p> <p>VE:3.311/792 GT:27 GS:5 HC:85 AZ:27 PROT:34 SAL:1</p>
<p>28 Arroz con salsa de tomate Tortilla francesa con atún con ensalada de lechuga y maíz Fruta y pan</p> <p>VE:3.076/736 GT:16 GS:3 HC:116 AZ:25 PROT:26 SAL:1</p>	<p>29 Garbanzos estofados con espinacas y huevo duro Suprema de salmón al limón con ensalada de lechuga y aceitunas negras Fruta y pan integral</p> <p>VE:3.331/797 GT:14 GS:1 HC:108 AZ:34 PROT:28 SAL:1</p>	<p>30 Sopa de pasta Salteado de cerdo con pisto suave Fruta y pan</p> <p>VE:3.093/740 GT:8 GS:1 HC:84 AZ:26 PROT:29 SAL:1</p>		

MES: Abril 2025

- Nombre del Colegio -

Lunes

Martes

Miércoles

Jueves

Viernes

SIN KIWI

1
Garbanzos (eco.) con espinacas
con arroz integral
Tortilla francesa con atún con
ensalada de lechuga, pepino y
maíz
Fruta y pan integral

VE:3.235/774 GT:24 GS:3 HC:114 AZ:28 PROT:36 SAL:2

2
Sopa de estrellas
Lomo asado con salsa de
manzana con ensalada de
lechuga y tomate
Fruta y pan

VE:3.072/735 GT:15 GS:4 HC:86 AZ:31 PROT:40 SAL:2

3
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

4
Salteado de acelgas frescas
(eco.)
Pollo a la barbacoa con patatas
panaderas
Fruta y pan

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

7
Arroz con salsa de tomate
Tortilla francesa con cebolla y
calabacín con ensalada de
lechuga y maíz
Fruta y pan

VE:3.076/736 GT:11 GS:1 HC:119 AZ:27 PROT:21 SAL:1

8
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:22 GS:2 HC:113 AZ:35 PROT:55 SAL:1

9
Macarrones con salsa de tomate
Salteado de cerdo con pisto
suave
Fruta y pan

VE:3.076/736 GT:2 GS:0 HC:78 AZ:27 PROT:11 SAL:0

10
Crema de zanahoria
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

11
Lentejas (eco) estofadas con
verduras
Tortilla francesa con ensalada
de lechuga, pimiento y aceitunas
negras
Fruta y pan

VE:3.168/758 GT:19 GS:3 HC:109 AZ:25 PROT:27 SAL:2

14
VACACIONES SEMANA
SANTA

15
VACACIONES SEMANA
SANTA

16
VACACIONES SEMANA
SANTA

17
VACACIONES SEMANA
SANTA

18
VACACIONES SEMANA
SANTA

21
VACACIONES SEMANA
SANTA

22
Lentejas (eco) estofadas con
verduras
Tortilla de patatas con ensalada
de lechuga, pepino y aceitunas
Fruta y pan integral

VE:3.244/776 GT:22 GS:3 HC:122 AZ:26 PROT:30 SAL:2

23
FESTIVO

24
Salteado de brócoli con patatas
Pollo asado con tomillo con
ensalada de lechuga y tomate
Yogur y pan integral

VE:3.290/787 GT:19 GS:6 HC:47 AZ:13 PROT:48 SAL:1

25
Alubias pintas estofadas con
arroz integral
Caballa al horno y aliño de limón
con ensalada de lechuga y
remolacha
Fruta y pan

VE:3.311/792 GT:27 GS:5 HC:85 AZ:27 PROT:34 SAL:1

28
Arroz con salsa de tomate
Tortilla francesa con atún con
ensalada de lechuga y maíz
Fruta y pan

VE:3.076/736 GT:16 GS:3 HC:116 AZ:25 PROT:26 SAL:1

29
Garbanzos estofados con
espinacas y huevo duro
Suprema de salmón al limón con
ensalada de lechuga y aceitunas
negras
Fruta y pan integral

VE:3.331/797 GT:14 GS:1 HC:108 AZ:34 PROT:28 SAL:1

30
Sopa marinera de pescado y
fideos
Salteado de cerdo con pisto
suave
Fruta y pan

VE:3.093/740 GT:8 GS:1 HC:84 AZ:26 PROT:29 SAL:1