



# Menú Escolar GENERAL

MENU ETIQUETADO SEGUN NORMATIVA UE 1169/2011

Menú elaborado por: MABEL OTERO | Seguridad alimentaria a cargo de: LOGIC ALIMENTARIA

## Septiembre 2020



Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes
	<b>8</b> Macarrones con chorizo y queso <b>G, L, S</b> Tortilla francesa con lechuga, escarola, brotes tiernos, atún y maíz <b>H, P, SV</b> Yogur <b>L</b> LI 25g   PR 26g   HC 91   KCAL 693	<b>9</b> Crema de calabacín Albóndigas con verduras (zanahoria, champiñones...) y patatas <b>G, S</b> Manzana LI 26g   PR 25g   HC 92   KCAL 702	<b>10</b> Arroz tres delicias (tortilla, jamón, maíz) <b>H, L, S</b> Pollo asado con lechuga, brotes tiernos, tomate y espinacas <b>G, H, SV</b> Plátano LI 24g   PR 25g   HC 94   KCAL 692	<b>11</b> Lentejas con verduras (pimiento rojo, verde, zanahoria) Filete de palometa con lechuga, escarola, tomate y zanahoria <b>G, P, SV</b> Pera y leche LI 23g   PR 24g   HC 95   KCAL 683
<b>14</b> Paella de pescado y marisco <b>P, M, C</b> Hamburguesas con tomate lechuga, escarola, rúcula y zanahoria <b>SV</b> Melocotón en almíbar LI 23g   PR 24g   HC 95   KCAL 683	<b>15</b> Caracolas con tomate <b>G, H,</b> Filete de lenguado con lechuga, brotes tiernos, escarola y tomate <b>G, P, SV</b> Yogur <b>L</b> LI 23g   PR 24g   HC 95   KCAL 683	<b>16</b> Judías verdes con jamón Filete de pollo empanado con ensalada de tomate y queso <b>H, L, G</b> Plátano LI 23g   PR 23g   HC 97   KCAL 687	<b>17</b> Sopa de cocido Cocido completo (garbanzos, chorizo, morcillo, pollo...) Nectarina LI 22g   PR 23g   HC 96   KCAL 674	<b>18</b> Arroz con tomate casero Filete de merluza con lechuga, escarola, canónigos y zanahoria <b>SV</b> Manzana y leche <b>L</b> LI 23g   PR 24g   HC 97   KCAL 691
<b>21</b> Patatas con costillas Croquetas de jamón con tomate, lechuga, escarola, canónigos y maíz <b>G, L, SV</b> Plátano LI 23g   PR 25g   HC 96   KCAL 691	<b>22</b> Arroz con pollo y verduras (calabacín, zanahoria, alcachofas...) Filete de bacaladilla con lechuga, brotes tiernos, rúcula y tomate cherry <b>G, P, SV</b> Yogur <b>L</b> LI 22g   PR 24g   HC 95   KCAL 674	<b>23</b> Macarrones gratinados <b>G, H, L</b> Huevos revueltos con lechuga, escarola, canónigos y atún <b>H, P, L, SV</b> Kiwi LI 24g   PR 23g   HC 94   KCAL 684	<b>24</b> Guisantes con jamón Hamburguesas con tomate casero y patatas fritas <b>S</b> Manzana LI 23g   PR 24g   HC 96   KCAL 687	<b>25</b> Judías blancas con verduras Filete de merluza con lechuga, escarola, canónigos y tomate <b>G, P, SV</b> Pera y leche <b>L</b> LI 21g   PR 23g   HC 96   KCAL 665
<b>28</b> Arroz con tomate Huevos fritos con lechuga, escarola, rúcula, tomate cherry y zanahoria <b>H, SV</b> Manzana LI 24g   PR 25g   HC 95   KCAL 696	<b>29</b> Espirales con bacon <b>G, H, S</b> Boquerones con lechuga, escarola, canónigos y zanahorias <b>P, G, H, SV</b> Yogur <b>L</b> LI 22g   PR 23g   HC 96   KCAL 674	<b>30</b> Crema de calabaza Albondigas con verduras (zanahoria, pimientos y guisantes) <b>G</b> Plátano LI 21g   PR 23g   HC 96   KCAL 665		

LA VALORACIÓN NUTRICIONAL SE ESTABLECE PARA EL RANGO DE EDAD: 6-9 AÑOS. | TODOS LOS DÍAS COMEN PAN BLANCO E INTEGRAL Y BEBEN AGUA  
ALERGENOS INDICADOS EN COLOR ROJO





# Menú Escolar SIN HUEVO

MENU ETIQUETADO SEGUN NORMATIVA UE 1169/2011

## Septiembre 2020

Menú elaborado por: MABEL OTERO | Seguridad alimentaria a cargo de: LOGIC ALIMENTARIA



Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes
	<b>8</b> Macarrones de maíz con chorizo y queso <b>L, S</b> Tortilla francesa con lechuga, escarola, brotes tiernos, atún y maíz <b>H, P, SV</b> Yogur <b>L</b> LI 25g   PR 26g   HC 91   KCAL 693	<b>9</b> Crema de calabacín Albóndigas con verduras (zanahoria, champiñones...) y patatas <b>G, S</b> Manzana LI 26g   PR 25g   HC 92   KCAL 702	<b>10</b> Arroz tres delicias (zanahoria, jamón, maíz) <b>L, S</b> Pollo asado con lechuga, brotes tiernos, tomate y espinacas <b>G, H, SV</b> Plátano LI 24g   PR 25g   HC 94   KCAL 692	<b>11</b> Lentejas con verduras (pimiento rojo, verde, zanahoria) Filete de palometa con lechuga, escarola, tomate y zanahoria <b>G, P, SV</b> Pera y leche LI 23g   PR 24g   HC 95   KCAL 683
<b>14</b> Paella de pescado y marisco <b>P, M, C</b> Hamburguesas con tomate lechuga, escarola, rúcula y zanahoria <b>SV</b> Melocotón en almíbar LI 23g   PR 24g   HC 95   KCAL 683	<b>15</b> Macarrones de maíz con bacón Filete de lenguado con lechuga, brotes tiernos, escarola y tomate <b>G, P, SV</b> Yogur <b>L</b> LI 23g   PR 24g   HC 95   KCAL 683	<b>16</b> Judías verdes con jamón Filete de pollo con ensalada de tomate y queso <b>L</b> Plátano LI 23g   PR 23g   HC 97   KCAL 687	<b>17</b> Sopa de cocido Cocido completo (garbanzos, chorizo, morcillo, pollo...) Nectarina LI 22g   PR 23g   HC 96   KCAL 674	<b>18</b> Arroz con tomate casero Filete de merluza con lechuga, escarola, canónigos y zanahoria <b>SV</b> Manzana y leche <b>L</b> LI 23g   PR 24g   HC 97   KCAL 691
<b>21</b> Patatas con costillas Croquetas de jamón con tomate, lechuga, escarola, canónigos y maíz <b>G, L, SV</b> Plátano LI 23g   PR 25g   HC 96   KCAL 691	<b>22</b> Arroz con pollo y verduras (calabacín, zanahoria, alcachofas...) Filete de bacaladilla con lechuga, brotes tiernos, rúcula y tomate cherry <b>G, P, SV</b> Yogur <b>L</b> LI 22g   PR 24g   HC 95   KCAL 674	<b>23</b> Macarrones de maíz gratinados <b>L</b> Filete de lomo con lechuga, escarola, canónigos y atún <b>P, SV</b> Kiwi LI 24g   PR 23g   HC 94   KCAL 684	<b>24</b> Guisantes con jamón Hamburguesas con tomate casero y patatas fritas <b>S</b> Manzana LI 23g   PR 24g   HC 96   KCAL 687	<b>25</b> Judías blancas con verduras Filete de merluza con lechuga, escarola, canónigos y tomate <b>G, P, SV</b> Pera y leche <b>L</b> LI 21g   PR 23g   HC 96   KCAL 665
<b>28</b> Arroz con tomate Filete de pollo con lechuga, escarola, rúcula, tomate cherry y zanahoria <b>SV</b> Manzana LI 24g   PR 25g   HC 95   KCAL 696	<b>29</b> Macarrones de maíz con bacon <b>S</b> Boquerones con lechuga, escarola, canónigos y zanahorias <b>P, G, SV</b> Yogur <b>L</b> LI 22g   PR 23g   HC 96   KCAL 674	<b>30</b> Crema de calabaza Albóndigas con verduras (zanahoria, pimientos y guisantes) <b>G</b> Plátano LI 21g   PR 23g   HC 96   KCAL 665		

LA VALORACIÓN NUTRICIONAL SE ESTABLECE PARA EL RANGO DE EDAD: 6-9 AÑOS. | TODOS LOS DÍAS COMEN PAN BLANCO E INTEGRAL Y BEBEN AGUA  
ALÉRGICOS INDICADOS EN COLOR ROJO





# Menú Escolar SIN PESCADO

MENU ETIQUETADO SEGUN NORMATIVA UE 1169/2011

## Septiembre 2020

Menú elaborado por: MABEL OTERO | Seguridad alimentaria a cargo de: LOGIC ALIMENTARIA



Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes
	<b>8</b> Macarrones con chorizo y queso <b>G, L, S</b> Tortilla francesa con lechuga, escarola, brotes tiernos y maíz <b>H, SV</b> Yogur <b>L</b> LI 25g   PR 26g   HC 91   KCAL 693	<b>9</b> Crema de calabacín Albóndigas con verduras (zanahoria, champiñones...) y patatas <b>G, S</b> Manzana LI 26g   PR 25g   HC 92   KCAL 702	<b>10</b> Arroz tres delicias (tortilla, jamón, maíz) <b>H, L, S</b> Pollo asado con lechuga, brotes tiernos, tomate y espinacas <b>G, H, SV</b> Plátano LI 24g   PR 25g   HC 94   KCAL 692	<b>11</b> Lentejas con verduras (pimiento rojo, verde, zanahoria) Filete de pollo con lechuga, escarola, tomate y zanahoria <b>G, SV</b> Pera y leche LI 23g   PR 24g   HC 95   KCAL 683
<b>14</b> Paella de carne y verduras Hamburguesas con tomate lechuga, escarola, rúcula y zanahoria <b>SV</b> Melocotón en almíbar LI 23g   PR 24g   HC 95   KCAL 683	<b>15</b> Macarrones de maíz con tomate Pollo asado con lechuga, brotes tiernos, escarola y tomate <b>SV</b> Yogur <b>L</b> LI 23g   PR 24g   HC 95   KCAL 683	<b>16</b> Judías verdes con jamón Filete de pollo empanado con ensalada de tomate y queso <b>H, L</b> Plátano LI 23g   PR 23g   HC 97   KCAL 687	<b>17</b> Sopa de cocido Cocido completo (garbanzos, chorizo, morcillo, pollo...) Nectarina LI 22g   PR 23g   HC 96   KCAL 674	<b>18</b> Arroz con tomate casero Filete de lomo con lechuga, escarola, canónigos y zanahoria <b>SV</b> Manzana y leche <b>L</b> LI 23g   PR 24g   HC 97   KCAL 691
<b>21</b> Patatas con costillas Croquetas de jamón con tomate, lechuga, escarola, canónigos y maíz <b>G, L, SV</b> Plátano LI 23g   PR 25g   HC 96   KCAL 691	<b>22</b> Arroz con pollo y verduras (calabacín, zanahoria, alcachofas...) Filete de pollo con lechuga, brotes tiernos, rúcula y tomate cherry <b>G, SV</b> Yogur <b>L</b> LI 22g   PR 24g   HC 95   KCAL 674	<b>23</b> Macarrones gratinados <b>G, H, L</b> Huevos revueltos con jamón y queso con lechuga, escarola, canónigos <b>H, L, SV</b> Kiwi LI 24g   PR 23g   HC 94   KCAL 684	<b>24</b> Guisantes con jamón Hamburguesas con tomate casero y patatas fritas <b>S</b> Manzana LI 23g   PR 24g   HC 96   KCAL 687	<b>25</b> Judías blancas con verduras Magro con tomate con lechuga, escarola, canónigos <b>SV</b> Pera y leche <b>L</b> LI 21g   PR 23g   HC 96   KCAL 665
<b>28</b> Arroz con tomate Huevos fritos con lechuga, escarola, rúcula, tomate cherry y zanahoria <b>H, SV</b> Manzana LI 24g   PR 25g   HC 95   KCAL 696	<b>29</b> Espirales con bacon <b>G, H, S</b> Tortilla francesa con lechuga, escarola, canónigos y zanahorias <b>G, H, SV</b> Yogur <b>L</b> LI 22g   PR 23g   HC 96   KCAL 674	<b>30</b> Crema de calabaza Albóndigas con verduras (zanahoria, pimientos y guisantes) <b>G</b> Plátano LI 21g   PR 23g   HC 96   KCAL 665		

LA VALORACIÓN NUTRICIONAL SE ESTABLECE PARA EL RANGO DE EDAD: 6-9 AÑOS. | TODOS LOS DÍAS COMEN PAN BLANCO E INTEGRAL Y BEBEN AGUA  
ALÉRGICOS INDICADOS EN COLOR ROJO





# Menú Escolar SIN GLUTEN

MENU ETIQUETADO SEGUN NORMATIVA UE 1169/2011

Menú elaborado por: MABEL OTERO | Seguridad alimentaria a cargo de: LOGIC ALIMENTARIA

## Septiembre 2020



Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes
	<b>8</b> Macarrones de maíz con chorizo y queso <b>L, S</b> Tortilla francesa con lechuga, escarola, brotes tiernos, atún y maíz <b>H, P, SV</b> Yogur <b>L</b> LI 25g   PR 26g   HC 91   KCAL 693	<b>9</b> Crema de calabacín Albóndigas con verduras (zanahoria, champiñones...) y patatas <b>S</b> Manzana LI 26g   PR 25g   HC 92   KCAL 702	<b>10</b> Arroz tres delicias (tortilla, jamón, maíz) <b>H, L, S</b> Pollo asado con lechuga, brotes tiernos, tomate y espinacas <b>SV</b> Plátano LI 24g   PR 25g   HC 94   KCAL 692	<b>11</b> Lentejas con verduras (pimiento rojo, verde, zanahoria) Filete de palometa con lechuga, escarola, tomate y zanahoria <b>P, SV</b> Pera y leche LI 23g   PR 24g   HC 95   KCAL 683
<b>14</b> Paella de pescado y marisco <b>P, M, C</b> Hamburguesas con tomate lechuga, escarola, rúcula y zanahoria <b>SV</b> Melocotón en almibar LI 23g   PR 24g   HC 95   KCAL 683	<b>15</b> Macarrones de maíz con tomate Filete de lenguado con lechuga, brotes tiernos, escarola y tomate <b>P, SV</b> Yogur <b>L</b> LI 23g   PR 24g   HC 95   KCAL 683	<b>16</b> Judías verdes con jamón Filete de pollo empanado con ensalada de tomate y queso <b>H, L</b> Plátano LI 23g   PR 23g   HC 97   KCAL 687	<b>17</b> Sopa de cocido Cocido completo (garbanzos, chorizo, morcillo, pollo...) Nectarina LI 22g   PR 23g   HC 96   KCAL 674	<b>18</b> Arroz con tomate casero Filete de merluza con lechuga, escarola, canónigos y zanahoria <b>SV</b> Manzana y leche <b>L</b> LI 23g   PR 24g   HC 97   KCAL 691
<b>21</b> Patatas con costillas Croquetas de jamón con tomate, lechuga, escarola, canónigos y maíz <b>L, SV</b> Plátano LI 23g   PR 25g   HC 96   KCAL 691	<b>22</b> Arroz con pollo y verduras (calabacín, zanahoria, alcachofas...) Filete de bacaladilla con lechuga, brotes tiernos, rúcula y tomate cherry <b>P, SV</b> Yogur <b>L</b> LI 22g   PR 24g   HC 95   KCAL 674	<b>23</b> Macarrones de maíz gratinados <b>L</b> Huevos revueltos con jamón y queso con lechuga, escarola, canónigos y atún <b>H, P, L, SV</b> Kiwi LI 24g   PR 23g   HC 94   KCAL 684	<b>24</b> Guisantes con jamón Hamburguesas con tomate casero y patatas fritas <b>S</b> Manzana LI 23g   PR 24g   HC 96   KCAL 687	<b>25</b> Judías blancas con verduras Filete de merluza con lechuga, escarola, canónigos y tomate <b>P, SV</b> Pera y leche <b>L</b> LI 21g   PR 23g   HC 96   KCAL 665
<b>28</b> Arroz con tomate Huevos fritos con lechuga, escarola, rúcula, tomate cherry y zanahoria <b>H, SV</b> Manzana LI 24g   PR 25g   HC 95   KCAL 696	<b>29</b> Macarrones de maíz con bacon <b>S</b> Boquerones con lechuga, escarola, canónigos y zanahorias <b>P, SV</b> Yogur <b>L</b> LI 22g   PR 23g   HC 96   KCAL 674	<b>30</b> Crema de calabaza Albóndigas con verduras (zanahoria, pimientos y guisantes) Plátano LI 21g   PR 23g   HC 96   KCAL 665		

LA VALORACIÓN NUTRICIONAL SE ESTABLECE PARA EL RANGO DE EDAD: 6-9 AÑOS. | TODOS LOS DÍAS COMEN PAN BLANCO E INTEGRAL Y BEBEN AGUA  
ALERGENOS INDICADOS EN COLOR ROJO





Septiembre 2020

## Menú Escolar SIN LECHE

MENÚ ETIQUETADO SEGÚN NORMATIVA UE 1169/2011



Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes
	<b>8</b> Macarrones con chorizo <b>G, S</b> Tortilla francesa con lechuga, escarola, brotes tiernos, atún y maíz <b>H, P, SV</b> Yogur de soja LI 25g   PR 26g   HC 91   KCAL 693	<b>9</b> Crema de calabacín Albóndigas con verduras (zanahoria, champiñones...) y patatas <b>G, S</b> Manzana LI 26g   PR 25g   HC 92   KCAL 702	<b>10</b> Arroz tres delicias (tortilla, jamón, maíz) <b>H, S</b> Pollo asado con lechuga, brotes tiernos, tomate y espinacas <b>G, H, SV</b> Plátano LI 24g   PR 25g   HC 94   KCAL 692	<b>11</b> Lentejas con verduras (pimiento rojo, verde, zanahoria) Filete de palometa con lechuga, escarola, tomate y zanahoria <b>G, P, SV</b> Pera y leche de soja con chocolate LI 23g   PR 24g   HC 95   KCAL 683
<b>14</b> Paella de pescado y marisco <b>P, M, C</b> Hamburguesas con tomate lechuga, escarola, rúcula y zanahoria <b>SV</b> Melocotón en almíbar LI 23g   PR 24g   HC 95   KCAL 683	<b>15</b> Caracolas con tomate <b>G, H</b> Filete de lenguado con lechuga, brotes tiernos, escarola y tomate <b>G, P, SV</b> Yogur de soja LI 23g   PR 24g   HC 95   KCAL 683	<b>16</b> Judías verdes con jamón Filete de pollo empanado con ensalada de tomate y atún <b>H</b> Plátano LI 23g   PR 23g   HC 97   KCAL 687	<b>17</b> Sopa de cocido Cocido completo (garbanzos, chorizo, morcillo, pollo...) Nectarina LI 22g   PR 23g   HC 96   KCAL 674	<b>18</b> Arroz con tomate casero Filete de merluza con lechuga, escarola, canónigos y zanahoria <b>SV</b> Manzana y leche de soja con chocolate LI 23g   PR 24g   HC 97   KCAL 691
<b>21</b> Patatas con costillas Tortilla francesa con tomate, lechuga, escarola, canónigos y maíz <b>G, P, SV</b> Plátano LI 23g   PR 25g   HC 96   KCAL 691	<b>22</b> Arroz con pollo y verduras (calabacín, zanahoria, alcachofas...) Filete de bacaladilla con lechuga, brotes tiernos, rúcula y tomate cherry <b>G, P, SV</b> Yogur de soja LI 22g   PR 24g   HC 95   KCAL 674	<b>23</b> Macarrones con tomate <b>G, H</b> Huevos revueltos con jamón con lechuga, escarola, canónigos y atún <b>H, P, SV</b> Kiwi LI 24g   PR 23g   HC 94   KCAL 684	<b>24</b> Guisantes con jamón Hamburguesas con tomate casero y patatas fritas <b>S</b> Manzana LI 23g   PR 24g   HC 96   KCAL 687	<b>25</b> Judías blancas con verduras Filete de merluza con lechuga, escarola, canónigos y tomate <b>G, P, SV</b> Pera y leche de avena LI 21g   PR 23g   HC 96   KCAL 665
<b>28</b> Arroz con tomate Huevos fritos con lechuga, escarola, rúcula, tomate cherry y zanahoria <b>H, SV</b> Manzana LI 24g   PR 25g   HC 95   KCAL 696	<b>29</b> Espirales con bacon <b>G, H, S</b> Boquerones con lechuga, escarola, canónigos y zanahorias <b>P, G, SV</b> Yogur de soja LI 22g   PR 23g   HC 96   KCAL 674	<b>30</b> Crema de calabaza Albóndigas con verduras (zanahoria, pimientos y guisantes) <b>G</b> Plátano LI 21g   PR 23g   HC 96   KCAL 665		

LA VALORACIÓN NUTRICIONAL SE ESTABLECE PARA EL RANGO DE EDAD: 6-9 AÑOS. | TODOS LOS DÍAS COMEN PAN BLANCO E INTEGRAL Y BEBEN AGUA  
 ALÉRGICOS INDICADOS EN COLOR ROJO

