

MENÚ DEL COMEDOR ESCOLAR MAYO 2025				
LUNES 5	MARTES 6	MIÉRCOLES 7	JUEVES 8	VIERNES 9
<p>Albóndigas a la jardinera (gluten y huevo) Arroz blanco Ensalada Mixta (pescado, huevo) Yogurt (leche) KCAL: 668 HC: 73,9g AZ: 20,5g GRASA: 29,9g SAT: 9,1g PROT: 21,3g</p>	<p>Puré de verduras Pechuga de pollo empanada (gluten, huevo) Ensalada Mixta (pescado, huevo) Fruta KCAL: 680 HC: 72,2g AZ: 24,3g GRASA: 26,9g SAT: 3,8g PROT: 34,1g</p>	<p>Lentejas estofadas (gluten) Tortilla de patata (huevo) Ensalada Yogurt (leche) KCAL: 703 HC: 88,8g AZ: 26,1g GRASA: 23,4g SAT: 5,7g PROT: 27,9g</p>	<p>Fideuá (gluten y huevo) Croquetas (gluten huevo y leche) Ensalada Mixta (pescado, huevo) Fruta KCAL: 635 HC: 88,9g AZ: 25g GRASA: 20,4g SAT: 4,1g PROT: 19,7g</p>	<p>Sopa de picadillo (gluten y huevo) Pescado a la Romana (pescado, gluten, huevo) Ensalada verde Yogurt (leche) KCAL: 649 HC: 72,1g AZ: 24,8g GRASA: 22,8g SAT: 6,1g PROT: 36,9g</p>
LUNES 12	MARTES 13	MIÉRCOLES 14	JUEVES 15	VIERNES 16
<p>Guisantes con jamón Filetes de aguja Ensalada Fruta KCAL: 568 HC: 66,8g AZ: 30,3g GRASA: 15,6g SAT: 3,3g PROT: 30,9g</p>	<p>Espaguetis con chorizo (gluten y huevo) Pescado blanco al horno (pescado) Ensalada Yogurt (leche) KCAL: 599 HC: 71,2g AZ: 12g GRASA: 20g SAT: 4,7g PROT: 31,3g</p>	<p>Judías Blancas Tortilla Francesa (huevo) Ensalada Fruta KCAL: 557 HC: 73,9g AZ: 22,7g GRASA: 17,9g SAT: 2,6g PROT: 26,7g</p>	<p>FIESTA</p>	<p>Crema de zanahoria Pollo asado Ensalada verde Fruta KCAL: 580 HC: 62,6g AZ: 28,4g GRASA: 21,5g SAT: 3,7g PROT: 29,3g</p>
LUNES 19	MARTES 20	MIÉRCOLES 21	JUEVES 22	VIERNES 23
<p>Judías verdes con tomate Cinta de lomo Ensalada Yogurt (leche) KCAL: 578 HC: 54,9g AZ: 27,9g GRASA: 22,5g SAT: 6,7g PROT: 35,1g</p>	<p>Macarrones con atún (gluten, hueco y pescado) Huevos fritos (huevo) Ensalada verde Fruta KCAL: 685 HC: 82,9g AZ: 22,1g GRASA: 26,8g SAT: 5,8g PROT: 24,4g</p>	<p>Crema de puerros Chuletas de pavo con patatas Ensalada Mixta (pescado y huevo) Yogurt (leche) KCAL: 691 HC: 63,7g AZ: 18,2g GRASA: 31,5g SAT: 7,2g PROT: 34,2g</p>	<p>Garbanzos guisados Pescado al horno (pescado) Ensalada Fruta KCAL: 729 HC: 43g AZ: 7,8g GRASA: 49g SAT: 11g PROT: 30g</p>	<p>Patatas marineras (pescado, marisco y crustáceo) Hamburguesas Ensalada Yogurt (leche) KCAL: 682 HC: 60,2g AZ: 11,5g GRASA: 35,7g SAT: 2,7g PROT: 27,2g</p>
LUNES 26	MARTES 27	MIÉRCOLES 28	JUEVES 29	VIERNES 30
<p>Arroz a la cubana (huevo) Salchichas frescas Ensalada Fruta KCAL: 667 HC: 88,1 g AZ: 20,4 g GRASA: 25,1 g SAT: 5,4 g PROT: 19,7 g</p>	<p>Sopa de Pescado (pescado, gluten y huevo) Tortilla de patata (huevo) Ensalada Yogurt (leche) KCAL: 598 HC: 57.7 g AZ: 9.6 g GRASA: 16.8 g SAT: 6.1 g PROT: 29.5 g</p>	<p>Puré de verduras Contramuslos asados Ensalada Fruta KCAL: 528 HC: 60.2g AZ: 22.5g GRASA: 18.6g SAT: 3.1g PROT: 27.2g</p>	<p>Cocido completo (gluten y huevo) Ensalada Yogurt (leche) KCAL: 507 HC: 57.5g AZ: 9.1g GRASA: 16.3g SAT: 4.7g PROT: 28.1g</p>	<p>Espaguetis con atún (gluten, huevo, pescado) Pescado blanco rebozado (gluten huevo pescado) Ensalada Fruta KCAL: 656 HC: 85.2g AZ: 20.7g GRASA: 20.5g SAT: 2.8g PROT: 29.2g</p>