

Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes	Sábado	Domingo
<p>1</p> <p>1º Legumbres 2º Carne con Verdura y Lácteos (* 1º Verdura 2º Huevos con Patatas y Fruta)</p>	<p>2</p> <p>1º Pasta 2º Pescado con Verdura y Fruta (* 1º Verdura 2º Carne con Legumbres y Lácteos)</p>	<p>3</p> <p>1º Arroz 2º Pescado con Verdura y Fruta (* 1º Verdura 2º Carne con Pasta y Fruta)</p>	<p>4</p> <p>1º Verdura 2º Pescado con Pasta y Lácteos (* 1º Patatas 2º Huevos con Verdura y Fruta)</p>	<p>5</p> <p>1º Legumbres 2º Carne con Verdura y Fruta (* 1º Verdura 2º Huevos con Arroz y Fruta)</p>	<p>6</p> <p>1º Pasta 2º Pescado con Verdura y Lácteos 1º Verdura 2º Carne con Patatas y Fruta</p>	<p>7</p> <p>1º Verdura 2º Carne con Patatas y Lácteos 1º Arroz 2º Pescado con Verdura y Lácteos</p>
<p>8</p> <p>INICIO CURSO ESCOLAR Pasta (integral) con salsa de tomate Tortilla de patatas con cubos de calabacín Fruta y pan (* 1º Verdura 2º Carne con Patatas y Fruta)</p> <p>VE:3.306/791 GT:13 GS:1 HC:109 AZ:26 PROT:35 SAL:2</p>	<p>9</p> <p>Garbanzos estofados con verduras Ventresca de merluza con ajo y perejil con ensalada de lechuga y aceitunas negras Fruta y pan integral (* 1º Verdura 2º Carne con Pasta y Lácteos)</p> <p>VE:3.269/782 GT:21 GS:3 HC:128 AZ:37 PROT:45 SAL:1</p>	<p>10</p> <p>Rehogado de col y patata con bacon Tortilla francesa con ensalada de lechuga y zanahoria rallada Fruta y pan (* 1º Arroz 2º Carne con Patatas y Fruta)</p> <p>VE:3.060/732 GT:21 GS:5 HC:88 AZ:29 PROT:43 SAL:1</p>	<p>11</p> <p>Lentejas estofadas con verduras Filete de caballa con pisto Yogur y pan integral (* 1º Verdura 2º Carne con Verdura y Fruta)</p> <p>VE:3.194/764 GT:29 GS:7 HC:87 AZ:12 PROT:43 SAL:1</p>	<p>12</p> <p>Crema parmentier con crujiente de bacon Jamoncitos de pollo al limón con ensalada de lechuga, tomate y cebolla Fruta y pan (* 1º Verdura 2º Pescado con Arroz y Fruta)</p> <p>VE:3.281/785 GT:19 GS:4 HC:81 AZ:29 PROT:26 SAL:1</p>	<p>13</p> <p>1º Verdura 2º Pescado con Legumbres y Lácteos 1º Arroz 2º Huevos con Verdura y Lácteos</p>	<p>14</p> <p>1º Verdura 2º Carne con Patatas y Lácteos 1º Pasta 2º Pescado con Verdura y Lácteos</p>
<p>15</p> <p>Sopa de estrellas Lomo asado con salsa de manzana con ensalada de lechuga y tomate Fruta y pan (* 1º Verdura 2º Pescado con Legumbres y Lácteos)</p> <p>VE:3.194/764 GT:4 GS:1 HC:85 AZ:33 PROT:33 SAL:1</p>	<p>16</p> <p>Garbanzos estofados con arroz y espinacas Tortilla francesa con atún con ensalada de lechuga, pepino y maíz Fruta y pan integral (* 1º Verdura 2º Carne con Arroz y Lácteos)</p> <p>VE:3.235/774 GT:19 GS:3 HC:88 AZ:28 PROT:31 SAL:1</p>	<p>17</p> <p>Crema de puerros con manzana Arroz con boloñesa de soja texturizada Fruta y pan (* 1º Pasta 2º Carne con Verdura y Fruta)</p> <p>VE:3.072/735 GT:19 GS:4 HC:86 AZ:31 PROT:39 SAL:2</p>	<p>18</p> <p>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)</p> <p>VE:3.319/794 GT:31 GS:6 HC:62 AZ:12 PROT:43 SAL:1</p>	<p>19</p> <p>Salteado de acelgas frescas (eco.) Pollo a la barbacoa con patatas panaderas Fruta y pan (* 1º Arroz 2º Pescado con Verdura y Lácteos)</p> <p>VE:3.256/779 GT:50 GS:3 HC:93 AZ:28 PROT:22 SAL:2</p>	<p>20</p> <p>1º Verdura 2º Pescado con Patatas y Lácteos 1º Patatas 2º Carne con Verdura y Fruta</p>	<p>21</p> <p>1º Verdura 2º Huevos con Pasta y Fruta 1º Arroz 2º Carne con Verdura y Lácteos</p>
<p>22</p> <p>Sopa de fideos Salteado de cerdo con pisto suave Fruta y pan (* 1º Verdura 2º Pescado con Verdura y Lácteos)</p> <p>VE:3.072/735 GT:11 GS:1 HC:119 AZ:27 PROT:21 SAL:1</p>	<p>23</p> <p>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 Lácteos)</p> <p>VE:3.311/792 GT:37 GS:4 HC:117 AZ:35 PROT:53 SAL:1</p>	<p>24</p> <p>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 Patatas y Fruta)</p> <p>VE:3.093/740 GT:15 GS:3 HC:84 AZ:29 PROT:34 SAL:1</p>	<p>25</p> <p>Crema de zanahoria fresca Merluza con pil pil de tomate con patatas panaderas Yogur y pan integral (* 1º Pasta 2º Carne con Verdura y Fruta)</p> <p>VE:3.210/768 GT:27 GS:6 HC:67 AZ:15 PROT:34 SAL:1</p>	<p>26</p> <p>Lentejas (eco) estofadas con verduras Tortilla francesa de jamón york con ensalada de lechuga y aceitunas negras Fruta y pan (* 1º Verdura 2º Pescado con Pasta y Lácteos)</p> <p>VE:3.168/758 GT:22 GS:4 HC:111 AZ:25 PROT:28 SAL:2</p>	<p>27</p> <p>1º Arroz 2º Carne con Verdura y Lácteos 1º Verdura 2º Pescado con Pasta y Fruta</p>	<p>28</p> <p>1º Patatas 2º Huevos con Verdura y Fruta 1º Verdura 2º Carne con Legumbres y Lácteos</p>
<p>29</p> <p>Rehogado de calabacín fresco con patata y cebolla Pollo asado al limón con ensalada de lechuga, pepino y zanahoria Fruta y pan (* 1º Arroz 2º Pescado con Pasta y Fruta)</p> <p>VE:3.118/746 GT:13 GS:4 HC:89 AZ:35 PROT:48 SAL:2</p>	<p>30</p> <p>Salteado de guisantes con sofrito de tomate y cebolla Abadejo a la andaluza con ensalada de lechuga y remolacha Fruta y pan integral (* 1º Verdura 2º Carne con Patatas y Lácteos)</p> <p>VE:3.235/774 GT:25 GS:3 HC:78 AZ:29 PROT:33 SAL:1</p>			<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>		

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

MES: Septiembre 2025

- Nombre del Colegio -

Lunes

Martes

Miércoles

Jueves

Viernes

1	2	3	4	5
8 INICIO CURSO ESCOLAR Pasta (sin gluten) con salsa de tomate Tortilla de patatas con cubos de calabacín Fruta y pan (sin gluten) VE:3.306/791 GT:13 GS:1 HC:109 AZ:26 PROT:35 SAL:2	9 Garbanzos estofados con verduras Ventresca de merluza con ajo y perejil con ensalada de lechuga y aceitunas negras Fruta y pan (sin gluten) VE:3.269/782 GT:21 GS:3 HC:128 AZ:37 PROT:45 SAL:1	10 Rehogado de col y patata con bacon Tortilla francesa con ensalada de lechuga y zanahoria rallada Fruta y pan (sin gluten) VE:3.060/732 GT:21 GS:5 HC:88 AZ:29 PROT:43 SAL:1	11 - Sopa de pasta (sin gluten) Filete de caballa con pisto Yogur y pan (sin gluten) VE:3.194/764 GT:29 GS:7 HC:87 AZ:12 PROT:43 SAL:1	12 Crema parmentier con crujiente de bacon Jamoncitos de pollo al limón con ensalada de lechuga, tomate y cebolla Fruta y pan (sin gluten) VE:3.281/785 GT:19 GS:4 HC:81 AZ:29 PROT:26 SAL:1
15 - Sopa de pasta (sin gluten) Lomo asado con salsa de manzana con ensalada de lechuga y tomate Fruta y pan (sin gluten) VE:3.194/764 GT:4 GS:1 HC:85 AZ:33 PROT:33 SAL:1	16 Garbanzos estofados con arroz y espinacas Tortilla francesa con atún con ensalada de lechuga, pepino y maíz Fruta y pan (sin gluten) VE:3.235/774 GT:19 GS:3 HC:88 AZ:28 PROT:31 SAL:1	17 Crema de puerros con manzana Arroz con pollo Fruta y pan (sin gluten) VE:3.072/735 GT:19 GS:4 HC:86 AZ:31 PROT:39 SAL:2	18 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	19 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
22 Sopa de pasta (sin gluten) Salteado de cerdo con pisto suave Fruta y pan (sin gluten) VE:3.072/735 GT:11 GS:1 HC:119 AZ:27 PROT:21 SAL:1	23 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:37 GS:4 HC:117 AZ:35 PROT:53 SAL:1	24 Arroz con salsa de tomate Tortilla francesa con cebolla y calabacín con ensalada de lechuga y maíz Fruta y pan (sin gluten) VE:3.093/740 GT:15 GS:3 HC:84 AZ:29 PROT:34 SAL:1	25 Crema de zanahoria fresca 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	26 Patatas estofadas Tortilla francesa de jamón york con ensalada de lechuga y aceitunas negras Fruta y pan (sin gluten) VE:3.168/758 GT:22 GS:4 HC:111 AZ:25 PROT:28 SAL:2
29 Rehogado de calabacín fresco con patata y cebolla Pollo asado al limón con ensalada de lechuga, pepino y zanahoria Fruta y pan (sin gluten) VE:3.118/746 GT:13 GS:4 HC:89 AZ:35 PROT:48 SAL:2	30 Salteado de guisantes con sofrito de tomate y cebolla Abadejo al horno con ensalada de lechuga y remolacha Fruta y pan (sin gluten) VE:3.235/774 GT:25 GS:3 HC:78 AZ:29 PROT:33 SAL:1			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

MES: Septiembre 2025

- Nombre del Colegio -

Lunes

Martes

Miércoles

Jueves

Viernes

1

2

3

4

5

8

9

10

11

12

INICIO CURSO ESCOLAR

Pasta (integral) con salsa de tomate
Tortilla de patatas con cubos de calabacín
Fruta y pan

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

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

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

Rehogado de col y patata con bacon
Tortilla francesa con ensalada de lechuga y zanahoria rallada
Fruta y pan

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

Lentejas estofadas con verduras
Hamburguesa mixta con salteado de verduras
Yogur y pan integral

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

Crema parmentier con crujiente de bacon
Jamoncitos de pollo al limón con ensalada de lechuga, tomate y cebolla
Fruta y pan

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

15

16

17

18

19

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

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

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

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

Crema de puerros con manzana
Arroz con boloñesa de soja texturizada
Fruta y pan

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

Alubias pintas estofadas con arroz integral
Hamburguesa mixta 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

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

22

23

24

25

26

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

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

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

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

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

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

Crema de zanahoria fresca
Hamburguesa mixta con patatas panaderas
Yogur y pan integral

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

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

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

29

30

Rehogado de calabacín fresco con patata y cebolla
Pollo asado al limón con ensalada de lechuga, pepino y zanahoria
Fruta y pan

VE:3.118/746 GT:13 GS:4 HC:89 AZ:35 PROT:48 SAL:2

Salteado de guisantes con sofrito de tomate y cebolla
Hamburguesa mixta con ensalada de lechuga y remolacha
Fruta y pan integral

VE:3.235/774 GT:25 GS:3 HC:78 AZ:29 PROT:33 SAL:1

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

MES: Septiembre 2025

- Nombre del Colegio -

Lunes

Martes

Miércoles

Jueves

Viernes

1

2

3

4

5

8

INICIO CURSO ESCOLAR

Pasta (integral) con salsa de tomate
Tortilla de patatas con cubos de calabacín
Fruta y pan

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

9

Crema de zanahoria
Ventresca de merluza con ajo y perejil con ensalada de lechuga y aceitunas negras
Fruta y pan integral

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

10

Rehogado de col y patata con bacon
Tortilla francesa con ensalada de lechuga y zanahoria rallada
Fruta y pan

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

11

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

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

12

Crema parmentier con crujiente de bacon
Jamoncitos de pollo al limón con ensalada de lechuga, tomate y cebolla
Fruta y pan

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

15

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

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

16

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

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

17

Crema de puerros con manzana
Pechuga de pollo a la plancha
Fruta y pan

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

18

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

19

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

22

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

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

23

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

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

24

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

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

25

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

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

26

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

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

29

Rehogado de calabacín fresco con patata y cebolla
Pollo asado al limón con ensalada de lechuga, pepino y zanahoria
Fruta y pan

VE:3.118/746 GT:13 GS:4 HC:89 AZ:35 PROT:48 SAL:2

30

Crema de verduras
Abadejo a la andaluza con ensalada de lechuga y remolacha
Fruta y pan integral

VE:3.235/774 GT:25 GS:3 HC:78 AZ:29 PROT:33 SAL:1

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

MES: Septiembre 2025

- Nombre del Colegio -

Lunes

Martes

Miércoles

Jueves

Viernes

1	2	3	4	5
8 INICIO CURSO ESCOLAR Pasta (integral) con salsa de tomate Tortilla de patatas con cubos de calabacín Fruta y pan <small>VE:3.306/791 GT:13 GS:1 HC:109 AZ:26 PROT:35 SAL:2</small>	9 Garbanzos estofados con verduras Ventresca de merluza con ajo y perejil con ensalada de lechuga y aceitunas negras Fruta y pan integral <small>VE:3.269/782 GT:21 GS:3 HC:128 AZ:37 PROT:45 SAL:1</small>	10 Trinxat de col Tortilla francesa con ensalada de lechuga y zanahoria rallada Fruta y pan <small>VE:3.060/732 GT:21 GS:5 HC:88 AZ:29 PROT:43 SAL:1</small>	11 Lentejas estofadas con verduras Filete de caballa con pisto Yogur y pan integral <small>VE:3.194/764 GT:29 GS:7 HC:87 AZ:12 PROT:43 SAL:1</small>	12 Crema parmentier Jamoncitos de pollo al limón con ensalada de lechuga, tomate y cebolla Fruta y pan <small>VE:3.281/785 GT:19 GS:4 HC:81 AZ:29 PROT:26 SAL:1</small>
15 Sopa de estrellas Lomo asado con salsa de manzana con ensalada de lechuga y tomate Fruta y pan <small>VE:3.194/764 GT:4 GS:1 HC:85 AZ:33 PROT:33 SAL:1</small>	16 Garbanzos estofados con arroz y espinacas Tortilla francesa con atún con ensalada de lechuga, pepino y maíz Fruta y pan integral <small>VE:3.235/774 GT:19 GS:3 HC:88 AZ:28 PROT:31 SAL:1</small>	17 Crema de puerros con manzana Pechuga de pollo a la plancha Fruta y pan <small>VE:3.072/735 GT:19 GS:4 HC:86 AZ:31 PROT:39 SAL:2</small>	18 Alubias pintas estofadas con arroz integral Abadejo a la donostiarra con ensalada de lechuga y remolacha Yogur y pan integral <small>VE:3.319/794 GT:31 GS:6 HC:62 AZ:12 PROT:43 SAL:1</small>	19 Salteado de acelgas frescas (eco.) Pollo asado con patatas panaderas Fruta y pan <small>VE:3.256/779 GT:50 GS:3 HC:93 AZ:28 PROT:22 SAL:2</small>
22 Sopa de fideos Salteado de cerdo con pisto suave Fruta y pan <small>VE:3.072/735 GT:11 GS:1 HC:119 AZ:27 PROT:21 SAL:1</small>	23 Garbanzos estofados con verduras Suprema de salmón al limón con ensalada de lechuga y aceitunas negras Fruta y pan integral <small>VE:3.311/792 GT:37 GS:4 HC:117 AZ:35 PROT:53 SAL:1</small>	24 Arroz con salsa de tomate Tortilla francesa con cebolla y calabacín con ensalada de lechuga y maíz Fruta y pan <small>VE:3.093/740 GT:15 GS:3 HC:84 AZ:29 PROT:34 SAL:1</small>	25 Crema de zanahoria fresca Merluza con pil pil de tomate con patatas panaderas Yogur y pan integral <small>VE:3.210/768 GT:27 GS:6 HC:67 AZ:15 PROT:34 SAL:1</small>	26 Lentejas (eco) estofadas con verduras Tortilla francesa con ensalada de lechuga y aceitunas negras Fruta y pan <small>VE:3.168/758 GT:22 GS:4 HC:111 AZ:25 PROT:28 SAL:2</small>
29 Rehogado de calabacín fresco con patata y cebolla Pollo asado al limón con ensalada de lechuga, pepino y zanahoria Fruta y pan <small>VE:3.118/746 GT:13 GS:4 HC:89 AZ:35 PROT:48 SAL:2</small>	30 Salteado de guisantes con sofrito de tomate y cebolla Abadejo a la andaluza con ensalada de lechuga y remolacha Fruta y pan integral <small>VE:3.235/774 GT:25 GS:3 HC:78 AZ:29 PROT:33 SAL:1</small>			NO AÑADIR SAL AL COCINADO

MES: Septiembre 2025

- Nombre del Colegio -

Lunes

Martes

Miércoles

Jueves

Viernes

1

2

3

4

5

8

9

10

11

12

INICIO CURSO ESCOLAR

Pasta (integral) con salsa de tomate
Tortilla de patatas con cubos de calabacín
Fruta y pan

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

Garbanzos estofados con verduras
Ventresca de merluza con ajo y perejil con ensalada de lechuga y aceitunas negras
Fruta y pan integral

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

Rehogado de col y patata con bacon
Tortilla francesa con ensalada de lechuga y zanahoria rallada
Fruta y pan

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

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

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

Crema parmentier con crujiente de bacon
Jamoncitos de pollo al limón con ensalada de lechuga, tomate y cebolla
Fruta y pan

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

15

16

17

18

19

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

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

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

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

Crema de puerros con manzana
Pechuga de pollo a la plancha
Fruta y pan

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

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

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

22

23

24

25

26

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

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

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

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

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

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

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

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

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

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

29

30

Rehogado de calabacín fresco con patata y cebolla
Pollo asado al limón con ensalada de lechuga, pepino y zanahoria
Fruta y pan

VE:3.118/746 GT:13 GS:4 HC:89 AZ:35 PROT:48 SAL:2

Salteado de guisantes con sofrito de tomate y cebolla
Abadejo a la andaluza con ensalada de lechuga y remolacha
Fruta y pan integral

VE:3.235/774 GT:25 GS:3 HC:78 AZ:29 PROT:33 SAL:1

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

MES: Septiembre 2025

- Nombre del Colegio -

Lunes

Martes

Miércoles

Jueves

Viernes

1

2

3

4

5

8

9

10

11

12

INICIO CURSO ESCOLAR

Pasta (integral) con salsa de tomate
Tortilla de patatas con cubos de calabacín
Fruta y pan

Garbanzos estofados con verduras
Ventresca de merluza con ajo y perejil con ensalada de lechuga y aceitunas negras
Fruta y pan integral

Rehogado de col y patata con bacon
Tortilla francesa con ensalada de lechuga y zanahoria rallada
Fruta y pan

Lentejas estofadas con verduras
Filete de caballa con pisto
Yogur de soja y pan integral

Patatas estofadas
Jamoncitos de pollo al limón con ensalada de lechuga, tomate y cebolla
Fruta y pan

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

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

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

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

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

15

16

17

18

19

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

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

Crema de puerros con manzana
Arroz con boloñesa de soja texturizada
Fruta y pan

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

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

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

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

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

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

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

22

23

24

25

26

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

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

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

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

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

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

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

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

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

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

29

30

Rehogado de calabacín fresco con patata y cebolla
Pollo asado al limón con ensalada de lechuga, pepino y zanahoria
Fruta y pan

Salteado de guisantes con sofrito de tomate y cebolla
Abadejo a la andaluza con ensalada de lechuga y remolacha
Fruta y pan integral

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

VE:3.118/746 GT:13 GS:4 HC:89 AZ:35 PROT:48 SAL:2

VE:3.235/774 GT:25 GS:3 HC:78 AZ:29 PROT:33 SAL:1

MES: Septiembre 2025

- Nombre del Colegio -

Lunes

Martes

Miércoles

Jueves

Viernes

1

2

3

4

5

8

9

10

11

12

INICIO CURSO ESCOLAR

Pasta (integral) con salsa de tomate
Tortilla de patatas con cubos de calabacín
Fruta y pan

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

Garbanzos estofados con verduras
Ventresca de merluza con ajo y perejil con ensalada de lechuga y aceitunas negras
Fruta y pan

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

Rehogado de col y patata con bacon
Tortilla francesa con ensalada de lechuga y zanahoria rallada
Fruta y pan

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

Lentejas estofadas con verduras
Filete de caballa con pisto
Yogur y pan

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

Crema parmentier con crujiente de bacon
Jamoncitos de pollo al limón con ensalada de lechuga, tomate y cebolla
Fruta y pan

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

15

16

17

18

19

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

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

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

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

Crema de puerros con manzana
Pechuga de pollo a la plancha
Fruta y pan

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

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

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

22

23

24

25

26

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

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

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

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

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

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

Crema de zanahoria fresca
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

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

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

29

30

Rehogado de calabacín fresco con patata y cebolla
Pollo asado al limón con ensalada de lechuga, pepino y zanahoria
Fruta y pan

VE:3.118/746 GT:13 GS:4 HC:89 AZ:35 PROT:48 SAL:2

Salteado de guisantes con sofrito de tomate y cebolla
Abadejo a la andaluza con ensalada de lechuga y remolacha
Fruta y pan

VE:3.235/774 GT:25 GS:3 HC:78 AZ:29 PROT:33 SAL:1

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