

Lunes

Martes

Miércoles

Jueves

Viernes

31

Kcal HC Lip Prot

Buffet de ensaladas con producto ecológico  
Macarrones gratinados con queso  
Ensalada coleslaw  
Filet de halibut en tempura  
Huevos revueltos  
Calabaza de cultivo ecológico asada  
Yogur eco de proximidad  
Fruta fresca de temporada

1

Kcal HC Lip Prot

Buffet de ensaladas con producto ecológico  
Crema de calabacín  
Hummus con garbanzo de cultivo ecológico y crudités  
Jamoncitos de pollo asados en su jugo  
Wok de fideos de arroz con brócoli de cultivo ecológico y salsa de soja  
Patatas parisinas  
Quesos  
Fruta fresca de temporada

2

Kcal HC Lip Prot

Buffet de ensaladas con producto ecológico  
Brócoli de cultivo ecológico a la vinagreta francesa  
Crema de tomate con un toque de albahaca fresca  
Croquetas de jamón  
Redondo de ternera asado en su jugo  
Arroz salteado al curry  
Quesos  
Fruta fresca de temporada

3

Kcal HC Lip Prot

Buffet de ensaladas con producto ecológico  
Judias verdes de cultivo ecológico rehogadas con patatas asadas  
Alcachofas salteadas con ajito  
Fusilli con salsa boloñesa de ternera  
Fusilli con boloñesa vegetariana  
Fruta fresca de temporada

4

Kcal HC Lip Prot

Buffet de ensaladas con producto ecológico  
Lentejas de cultivo ecológico guisadas a la jardinera  
Arroz salteado tres delicias  
Tortilla de patata y calabacín  
Rabas de calamar a la andaluza  
Tomate asado con orégano  
Yogur eco de proximidad  
Fruta fresca de temporada

7

Kcal HC Lip Prot

Buffet de ensaladas con producto ecológico  
Macarrones integrales alla norma  
Repollo rehogado con patatas al ajoarriero  
Suprema de merluza con toque cítrico de limón  
Falafel con salsa de yogur de origen ecológico  
Champiñones salteados con judias verdes de cultivo ecológico  
Yogur eco de proximidad  
Fruta fresca de temporada

8

Kcal HC Lip Prot

Buffet de ensaladas con producto ecológico  
Brócoli ecológico rehogado con ajito y cebolla pochada  
Vichyssoise de puerros  
Ragout de pollo guisado al estilo tradicional  
Huevos con salsa de tomate aromatizada  
Arroz pilaf  
Queso  
Fruta fresca de temporada

9

Kcal HC Lip Prot

Buffet de ensaladas con producto ecológico  
Crema de calabaza de cultivo ecológico  
Ensalada templada de trigo tierno con verdura asada  
Salchichas frescas al horno  
Hojaldre de queso y espinacas  
Ensalada de alubias blancas de cultivo ecológico y hortalizas  
Quesos  
Fruta fresca de temporada

10

Kcal HC Lip Prot

Buffet de ensaladas con producto ecológico  
Sopa de fideos con picadillo de ave  
Zanahoria y boniato asados  
Tortilla de patata  
Pescado fresco al horno  
Pisto hortelano de verduras  
Arroz con leche casero  
Fruta fresca de temporada

11

Kcal HC Lip Prot

Buffet de ensaladas con producto ecológico  
Garbanzos de cultivo ecológico a la jardinera  
Coliflor de cultivo ecológico rehogada con ajito y pimentón  
Filete de pollo asado con limón y pimienta  
Hamburguesa de zanahorias a la plancha  
Patatas fritas  
Yogur eco de proximidad  
Fruta fresca de temporada

14

Kcal HC Lip Prot

14 ABRIL

15

Kcal HC Lip Prot

15 ABRIL

16

Kcal HC Lip Prot

16 ABRIL

17

Kcal HC Lip Prot

17 ABRIL

18

Kcal HC Lip Prot

18 ABRIL



Todos nuestros platos están sazonados con sal yodada.  
Se sirven las raciones adecuadas según franja de edad.

Para todas aquellas personas que tienen alguna alergia alimentaria, intolerancia o bien necesitan un régimen especial, se les ofrecerá un menú adecuado a sus necesidades. Por este motivo, es muy importante que estos alumnos se pongan en contacto con la dietista para que se les pueda servir un menú acorde a su régimen.

\*Menú ELEMENTAIRE

producto de proximidad ecológico de temporada casero producto fresco



Lunes

Martes

Miércoles

Jueves

Viernes

21

Kcal HC Lip Prot

21 ABRIL

22

Kcal HC Lip Prot

22 ABRIL

23

Kcal HC Lip Prot

23 ABRIL

24

Kcal HC Lip Prot

24 ABRIL

25

Kcal HC Lip Prot

25 ABRIL

28

Kcal HC Lip Prot

Buffet de ensaladas con producto ecológico  
 Coditos a la carbonara con lardones de bacon  
 Ensalada de lechuga, manzana y zanahoria con salsa de yogur de origen ecológico y croutons  
 Suprema de merluza a la gallega  
 Rollitos primavera  
 Guisantes de cultivo ecológico rehogados con mantequilla y ajo  
 Yogur eco de proximidad  
 Fruta fresca de temporada

29

MENÚ ANDALUZ

Buffet de ensaladas con producto ecológico  
 Gazpacho andaluz  
 Melón con jamón  
 Flamenquines de jamón york y queso  
 Rabas de calamar a la andaluza  
 Patatas a lo pobre con pimientos y cebolla pochada  
 Quesos  
 Fruta fresca de temporada



30

Kcal HC Lip Prot

Buffet de ensaladas con producto ecológico  
 Crema alicia con judía verde de cultivo ecológico  
 Brócoli de cultivo ecológico a la vinagreta francesa  
 Albóndigas de soja con tomate al estilo tradicional  
 Albóndigas de ternera en salsa rubia de verduras  
 Cous cous integral de cultivo ecológico  
 Quesos  
 Fruta fresca de temporada

01 MAYO

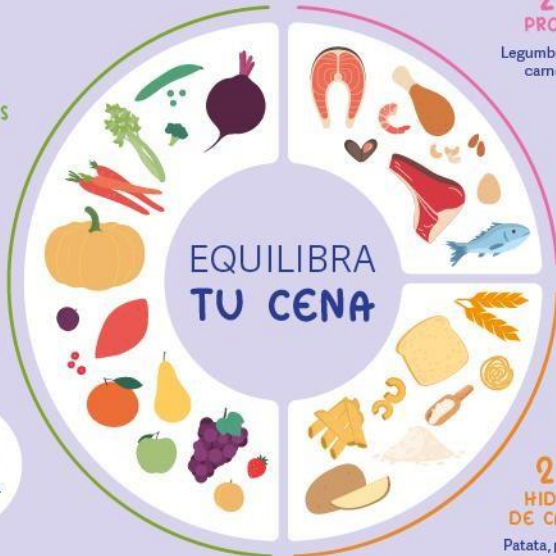
02

Kcal HC Lip Prot

Buffet de ensaladas con producto ecológico  
 Lentejas de cultivo ecológico guisadas a la jardinera  
 Ensaladilla rusa  
 Huevos revueltos con champiñones  
 Lomo a las finas hierbas  
 Rodajitas de berenjena asada  
 Yogur eco de proximidad  
 Fruta fresca de temporada

50% VITAMINAS Y MINERALES

Verduras, hortalizas



25% PROTEÍNA

Legumbre, pescado, carne, huevo

25% HIDRATOS DE CARBONO

Patata, pasta, arroz

Si has comido:

VERDURAS COCINADAS

HORTALIZAS CRUDAS EN ENSALADA

LEGUMBRE

CARNE

PESCADO

HUEVO

PATATA

PASTA / ARROZ

Es recomendable cenar:

HORTALIZAS CRUDAS EN ENSALADA

VERDURAS COCINADAS

CARNE / PESCADO / HUEVO

PESCADO / HUEVO / LEGUMBRES

CARNE / HUEVO / LEGUMBRES

PESCADO / CARNE / LEGUMBRES

PASTA / ARROZ

PATATA

Fomentamos la

FORMACIÓN NUTRICIONAL de los alumnos

Descubre con nuestro Chef Ejecutivo, Pepe Rodríguez, qué actividades llevamos a cabo en los comedores para fomentar una alimentación saludable y sostenible:

