

Alérgenos:

- 1 GLUTEN
- 2 LACTEOS
- 3 HUEVEO
- 4 PESCADO
- 5 MOLUSCO
- 6 CRUSTACEOS
- 7 ALTRAMUCCES
- 8 CACAHUETES
- 9 FRUTOS CÁSCARA
- 10 SESAMO
- 11 MOSTAZA
- 12 APIO
- 13 AZUFREY SULFITOS



1

Ensalada variada con aceitunas
Sopa de fideos
Lomo al horno con verduras
Pan integral
Fruta fresca

505,4Kcal - Prot:26,2g - Lip:15,9g - HC:59,5g AGS:3,8g -
Azúcares:20,7g - Sal:2,1g



2

Ensalada variada con queso
Espaguetis carbonara
Pan
Fruta fresca

674,7Kcal - Prot:21,8g - Lip:23,0g - HC:91,1g AGS:9,4g -
Azúcares:23,1g - Sal:2,5g



3

Crema de calabaza
Pollo al limón con champiñones
Pan integral
Fruta fresca

578,0Kcal - Prot:35,3g - Lip:22,5g - HC:52,5g AGS:5,7g -
Azúcares:22,6g - Sal:2,5g



4

Potaje de garbanzos
Miniempanadillas de atún
Pan
Helado

824,8Kcal - Prot:27,6g - Lip:29,1g - HC:107,7g AGS:10,9g -
Azúcares:26,7g - Sal:2,4g



7

Ensalada ECO multicolor (Lechuga, tomate,
maíz y zanahoria)
Macarrones ecológicos con atún
Pan
Fruta fresca

537,1Kcal - Prot:15,8g - Lip:10,8g - HC:90,0g AGS:1,8g -
Azúcares:21,7g - Sal:1,5g



8

Ensalada del chef
Lentejas con verduras
Calamares
Pan integral
Fruta fresca

635,8Kcal - Prot:24,5g - Lip:22,8g - HC:75,8g AGS:3,2g -
Azúcares:20,7g - Sal:3,2g



9

Ensalada huertana
Guiso de rape, patata, cebolla, tomate y
pimiento
Tortilla con maíz
Pan - Fruta fresca

561,0Kcal - Prot:24,8g - Lip:20,5g - HC:64,2g AGS:4,6g -
Azúcares:21,2g - Sal:1,9g



10

Sopa de cocido con fideos
Albóndigas jardinera
Pan integral
Fruta fresca

568,9Kcal - Prot:19,1g - Lip:19,1g - HC:74,5g AGS:8,0g -
Azúcares:22,5g - Sal:2,0g



11

Ensalada Waldorf (lechuga, manzana, pollo y
nueces)
Arroz marinero
Pan
Helado

572,9Kcal - Prot:13,0g - Lip:17,5g - HC:89,2g AGS:7,5g -
Azúcares:22,5g - Sal:1,8g



14

Ensalada variada con huevo
Canelones de atún bella aurora gratinados
Pan
Fruta fresca

559,9Kcal - Prot:16,4g - Lip:24,1g - HC:65,7g AGS:6,2g -
Azúcares:22,8g - Sal:2,3g



15

Ensalada fresca (lechuga, zanahoria, tomate,
pavo y queso fresco)
Paella valenciana
Pan integral
Fruta fresca

664,9Kcal - Prot:23,4g - Lip:15,6g - HC:105,1g AGS:5,3g -
Azúcares:24,4g - Sal:2,0g



16

Ensalada mixta
Macarrones a la napolitana
Pan
Fruta fresca

470,4Kcal - Prot:12,0g - Lip:7,8g - HC:83,8g AGS:1,3g -
Azúcares:22,5g - Sal:1,4g



17

Sopa minestrone
Pollo al ajillo con patatas
Pan integral
Fruta fresca

602,2Kcal - Prot:28,3g - Lip:19,2g - HC:74,2g AGS:3,9g -
Azúcares:20,5g - Sal:1,7g



18

Puré de garbanzos y verdura
Jurel a la andaluza
Pan
Helado

789,1Kcal - Prot:35,0g - Lip:33,7g - HC:81,9g AGS:9,3g -
Azúcares:24,4g - Sal:1,5g



21

Ensalada de tomate, lechuga y remolacha
Arroz a la cubana con huevo
Salchicha fresca de ave
Pan
Fruta fresca

646,0Kcal - Prot:25,3g - Lip:20,1g - HC:88,0g AGS:4,8g -
Azúcares:18,2g - Sal:3,0g



22

Ensalada variada con espárragos
Lentejas con jamón y chorizo
Rosca de queso
Pan integral
Fruta fresca

760,4Kcal - Prot:32,7g - Lip:20,0g - HC:103,7g AGS:6,2g -
Azúcares:22,6g - Sal:2,7g



23

**MENU ESPECIAL
FIN DE CURSO**