

Menú de Abril 2026

Lunes

Martes

Miércoles

Jueves

Viernes

7

al

10

13

al

17

20

al

24

27

al

30

DÍA NO LECTIVO

Sopa de picadillo.

Filete de cerdo al ajillo con ensalada.

Fruta del tiempo.

VALOR NUTRITIVO:
Calorías: 667 kcal
Proteínas: 15%
Grasas: 33%

Judías blancas estofadas.

Bonito con tomate.

Fruta del tiempo.

VALOR NUTRITIVO:
Calorías: 640 kcal
Proteínas: 15%
Grasas: 34%

Crema de calabacín y zanahoria con queso.

Hamburguesas de ternera con lechuga y tomate.

Yogur.

VALOR NUTRITIVO:
Calorías: 652 kcal
Proteínas: 15%
Grasas: 32%

Macarrones con bechamel.

Merluza al horno con guisantes.

Fruta del tiempo.

VALOR NUTRITIVO:
Calorías: 683 kcal
Proteínas: 15%
Grasas: 33%

Puré de verduras con queso.

Lacón a la gallega con patatas y pimentón de la vera.

Fruta del tiempo.

VALOR NUTRITIVO:
Calorías: 623 kcal
Proteínas: 15%
Grasas: 31%

Patatas guisadas con carne.

Filete de limanda con lechuga y maíz.

Naranja Ecológica.

VALOR NUTRITIVO:
Calorías: 698 kcal
Proteínas: 15%
Grasas: 34%

Judías verdes ecológicas rehogadas.

Jamoncitos de pollo con tomate.

Natillas.

VALOR NUTRITIVO:
Calorías: 648 kcal
Proteínas: 14%
Grasas: 30%

Olla de legumbres.

Filete de caballa con rodajas de tomate.

Fruta del tiempo.

VALOR NUTRITIVO:
Calorías: 693 kcal
Proteínas: 15%
Grasas: 34%

DÍA DE MURCIA

Arroz Murciano.

Zarangollo murciano.

Yogur.

VALOR NUTRITIVO:
Calorías: 637 kcal
Proteínas: 15%
Grasas: 30%

Coliflor y Brócoli con patata y zanahoria.

Chuleta aguja de cerdo con lechuga y maíz.

Fruta del Tiempo.

VALOR NUTRITIVO:
Calorías: 637 kcal
Proteínas: 15%
Grasas: 30%

Judías pintas con arroz.

Ventresca de merluza con lechuga y tomate.

Fruta del tiempo.

VALOR NUTRITIVO:
Calorías: 646 kcal
Proteínas: 15%
Grasas: 33%

Puré de verduras.

Pollo al ajillo con patatas.

Fruta del tiempo.

VALOR NUTRITIVO:
Calorías: 628 kcal
Proteínas: 15%
Grasas: 35%

Lentejas caseras.

Tortilla de bonito con lechuga y tomate.

Yogur.

VALOR NUTRITIVO:
Calorías: 643 kcal
Proteínas: 15%
Grasas: 31%

Espaguetis a la boloñesa.

Bacalao rebozado con ensalada.

Fruta del tiempo.

VALOR NUTRITIVO:
Calorías: 620 kcal
Proteínas: 14%
Grasas: 33%

Arroz con pollo, zanahoria y ajitos.

Huevos rellenos con lechuga y maíz.

Fruta del tiempo.

VALOR NUTRITIVO:
Calorías: 674 kcal
Proteínas: 14%
Grasas: 33%

Crema de puerros.

Albóndigas de ternera en salsa con patatas.

Fruta del tiempo.

VALOR NUTRITIVO:
Calorías: 637 kcal
Proteínas: 15%
Grasas: 30%

Espirales con tomate y chorizo.

Filete de merluza al horno con dados de calabacín.

Fruta del tiempo.

VALOR NUTRITIVO:
Calorías: 685 kcal
Proteínas: 15%
Grasas: 31%

DÍA DE MENÚ ESPECIAL

DÍA NO LECTIVO

Todos los menús llevan incluido pan y agua. Todos los jueves el pan será integral.



CONTIENE GLUTEN



CRUSTÁCEOS



HUEVOS



PESCADO



CACAHUETES



SOJA



LÁCTEOS



FRUTOS DE CÁSCARA



APIO



MOSTAZA



GRANOS DE SESAMO



DIÓXIDO DE AZUFRE Y SULFITOS



ALTRAMUCES



MOLUSCOS

DEBO COMER DE 1 A 2 VECES A LA SEMANA LEGUMBRES (LENTEJAS, GARBANZOS, JUDÍAS, GUISANTES) COMO PRIMER PLATO O ACOMPAÑANDO AL SEGUNDO COMO GUARNICIÓN.

Recomendaciones para la Cena de su Hijo/a

Primera Semana:

Martes: Alcachofas. Sardinitas. Fruta.

Miércoles: Ensalada mixta. Hamburguesa. Fruta.

Jueves: Sopa de arroz. Calamares. Fruta.

Viernes: Crema de verduras. Croquetas de carne. Fruta.

Segunda Semana:

Lunes: Consomé. Pescado a la plancha. Fruta.

Martes: Ensalada mixta. Filete. Fruta.

Miércoles: Sopa de picadillo. Tortilla con bonito. Fruta.

Jueves: Calabacín a la plancha. Albóndigas. Fruta.

Viernes: Acelgas. Pollo al ajillo. Fruta.

Tercera Semana:

Lunes: Sopa de fideos. Merluza en salsa. Fruta.

Martes: Ensalada mixta. Filete de pollo. Fruta.

Miércoles: Sopa de arroz. Pescado en salsa. Fruta.

Jueves: Crema de zanahorias. Lomo a la plancha. Fruta.

Viernes: Berenjenas fritas. Tortilla francesa. Fruta.

Cuarta Semana:

Lunes: Judías verdes. Escalope. Fruta.

Martes: Consomé. Pescado al horno. Fruta.

Miércoles: Ensalada mixta. Tortilla española. Fruta.

Jueves: Espárragos. Filete de caballa. Fruta.



Menú Escolar



Colegio C.E.I.P. Ana Pellegrini