

# MENÚ COMEDOR ESCOLAR - ABRIL 2025

LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES
	<b>1</b> -Sopa de ave con <b>fideos</b> . <i>Contiene: Gluten, huevo</i> -Lomo de cerdo adobado a la plancha con ensalada de lechuga y zanahoria. -Fruta de temporada, <b>pan integral</b> y agua. <i>Contiene: Gluten</i>	<b>2</b> - <b>Lentejas</b> guisadas con verduras (cebolla, patata, zanahoria y tomate). <i>Contiene: Legumbres</i> - <b>Salmón a la bilbaína</b> (cebolla, ajo, <b>vinagre</b> , pimentón y aceite de oliva virgen) con ensalada de lechuga y aceitunas. <i>Contiene: Pescado, sulfitos</i> -Fruta de temporada, <b>pan</b> y agua. <i>Contiene: Gluten</i>	<b>3</b> -Paella de verduras (pimientos, calabacín, zanahoria, brócoli, tomate, ajo, laurel y pimentón). -Jamoncito de pollo <b>en pepitoria</b> con judías verdes. <i>Contiene: Gluten, sulfitos</i> -Fruta de temporada, <b>pan integral</b> y agua. <i>Contiene: Gluten</i>	<b>4</b> - <b>Macarrones</b> a la Napolitana con cebolla, zanahoria y tomate frito casero. <i>Contiene: Gluten, huevo</i> - <b>Tortilla</b> de calabacín con ensalada de lechuga y maíz. <i>Contiene: Huevo</i> -Fruta de temporada/ <b>Yogur</b> , <b>pan</b> y agua <i>Contiene: Gluten, leche</i>
	<b>7</b> - <b>Fideuá</b> de verduras (pimientos, cebolla, zanahoria y brócoli). <i>Contiene: Gluten, huevo</i> - <b>Burger meat mix</b> al horno con ensalada de lechuga y maíz. <i>Contiene: Proteína de guisante</i> -Fruta de temporada, <b>pan</b> y agua. <i>Contiene: Gluten</i>	<b>8</b> - <b>Garbanzos</b> estofados con verduras (patata y calabaza). <i>Contiene: Legumbres</i> - <b>Ventresca de bacalao</b> en salsa vasca (cebolla, ajo, <b>harina</b> , perejil y aceite de oliva virgen) con zanahoria salteada. <i>Contiene: Pescado, gluten</i> -Fruta de temporada, <b>pan integral</b> y agua. <i>Contiene: Gluten</i>	<b>9</b> -Puré de verduras (calabacín, judías verdes, zanahoria y patata) con aceite de oliva virgen. -Taquitos de contramuslo de pollo en salsa de tomate con champiñones. -Fruta de temporada, <b>pan</b> y agua. <i>Contiene: Gluten</i>	<b>10</b> -Estofado de <b>judías blancas</b> con patata, cebolla, zanahoria, tomate, pimentón, ajo y laurel. <i>Contiene: Legumbres</i> - <b>Palometa a la bilbaína</b> (cebolla, ajo, <b>vinagre</b> , pimentón y aceite de oliva virgen) con ensalada de lechuga y aceitunas. <i>Contiene: Pescado, sulfitos</i> -Fruta de temporada, <b>pan integral</b> y agua. <i>Contiene: Gluten</i>
<b>14</b> <b>VACACIONES</b>	<b>15</b> <b>VACACIONES</b>	<b>16</b> <b>VACACIONES</b>	<b>17</b> <b>VACACIONES</b>	<b>18</b> <b>VACACIONES</b>
<b>21</b> <b>VACACIONES</b>	<b>22</b> - <b>Espaguetis</b> con tomate frito casero y queso. <i>Contiene: Gluten, huevo, leche</i> -Jamoncito de pollo <b>a la cazadora</b> (cebolla, pimientos, <b>harina</b> y tomate) con guisantes. <i>Contiene: Gluten, sulfitos, legumbres</i> -Fruta de temporada, <b>pan integral</b> y agua. <i>Contiene: Gluten</i>	<b>23</b> -Puré de verduras (judías verdes, patata, zanahoria y calabacín) con aceite de oliva virgen. - <b>Tilapia en salsa marinera</b> (cebolla, ajo, perejil, pimentón, <b>harina</b> ) con calabaza salteada. <i>Contiene: Pescado, gluten</i> -Fruta de temporada, <b>pan</b> y agua. <i>Contiene: Gluten</i>	<b>24</b> - <b>Arroz de marisco</b> con pimientos, cebolla y zanahoria. <i>Contiene: Pescado, crustáceos, moluscos</i> - <b>Tortilla</b> de patata con ensalada de lechuga, maíz y zanahoria. <i>Contiene: Huevo</i> -Fruta de temporada, <b>pan integral</b> y agua. <i>Contiene: Gluten</i>	<b>25</b> - <b>Judías pintas</b> guisadas con cebolla, pimientos, zanahoria y tomate. <i>Contiene: Legumbres</i> - <b>Palometa</b> al horno con ensalada de lechuga y aceitunas. <i>Contiene: Pescado</i> -Fruta de temporada/ <b>Yogur</b> , <b>pan</b> y agua. <i>Contiene: Gluten, leche</i>
<b>28</b> -Sopa de cocido con <b>fideos</b> . <i>Contiene: Gluten, huevo</i> - <b>Bacalao en salsa verde</b> (cebolla, ajo, <b>harina</b> , perejil y aceite de oliva virgen) con guisantes salteados. <i>Contiene: Pescado, gluten, legumbres</i> -Fruta de temporada, <b>pan</b> y agua. <i>Contiene: Gluten</i>	<b>29</b> -Judías verdes cocidas con patata y aceite de oliva virgen. -Lomo de cerdo a la plancha con ensalada de lechuga y aceitunas. -Fruta de temporada, <b>pan integral</b> y agua. <i>Contiene: Gluten</i>	<b>30</b> - <b>Judías blancas</b> guisadas con tomate, cebolla, ajo, patata, calabaza y laurel. <i>Contiene: Legumbres</i> - <b>Tortilla de atún</b> con ensalada de lechuga, maíz y zanahoria. <i>Contiene: Huevo, pescado</i> -Fruta de temporada, <b>pan</b> y agua. <i>Contiene: Gluten</i>		

Se utiliza aceite de oliva virgen extra para cocinar y para la elaboración de salsas, guisos, purés, cremas y ensaladas.

Se fomenta la utilización de frutas y verduras de temporada para las comidas y postres.

Se potencia el consumo de fibra con 2 raciones de legumbres y de pan integral a la semana.

Telf. Cocina Central: 967160007 Telf. Oficina: 967160138

# MENÚ COMEDOR ESCOLAR - ABRIL 2025

## CENAS SUGERIDAS EN EL MES...

LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES
	<b>1</b> Salteado de setas con jamón. Tortilla de patata con ensalada de lechuga y maíz. Fruta de temporada/Yogur y pan.	<b>2</b> Ensalada mixta. Berenjena rellena de boloñesa de carne. Fruta de temporada y pan.	<b>3</b> Patatas revolconas. Croquetas de bacalao horneadas con ensalada de lechuga y zanahoria. Fruta de temporada/Yogur y pan.	<b>4</b> Guisantes salteados con jamón. Tilapia en al ajillo con ensalada de lechuga y zanahoria. Fruta de temporada y pan.
<b>7</b> Coliflor con tomate. Huevos con bechamel. Fruta de temporada y pan.	<b>8</b> Espinacas a la crema (nata y queso). Salchichas de pavo a la plancha con ensalada de lechuga y maíz. Fruta de temporada/Yogur y pan.	<b>9</b> Tallarines al graten. Tortilla de patata con ensalada de lechuga y zanahoria. Fruta de temporada y pan.	<b>10</b> Sopa de ave con fideos. Lomo de cerdo a la plancha con ensalada de lechuga y maíz. Fruta de temporada/Yogur y pan.	<b>11</b> Crema de calabacín con aceite de oliva virgen. Fogonero en salsa marinera con calabaza salteada. Fruta de temporada y pan.
<b>14</b> <b>VACACIONES</b>	<b>15</b> <b>VACACIONES</b>	<b>16</b> <b>VACACIONES</b>	<b>17</b> <b>VACACIONES</b>	<b>18</b> <b>VACACIONES</b>
<b>21</b> <b>VACACIONES</b>	<b>22</b> Arroz meloso con setas. Tortilla francesa con ensalada de lechuga y maíz. Fruta de temporada/Yogur y pan.	<b>23</b> Acelgas al estilo del Huécar. Lomo de cerdo a la plancha con ensalada de lechuga y maíz. Fruta de temporada y pan.	<b>24</b> Tallarines al graten. Nuggets de pollo al horno con lechuga y ketchup. Fruta de temporada/Yogur y pan.	<b>25</b> Pimientos asados con patatas al horno. Huevos revueltos con ajo y jamón. Fruta de temporada y pan.
<b>28</b> Espinacas con beicon. Tortilla de patata con ensalada de lechuga y zanahoria. Fruta de temporada y pan.	<b>29</b> Salteado de setas con jamón. Marrajo al horno con lechuga y limón. Fruta de temporada/Yogur y pan.	<b>30</b> Mojete manchego con sardinillas. Salchichas de pavo a la plancha con lechuga y mayonesa. Fruta de temporada y pan.		

*Se procurará que la hora de la cena no sea muy cercana a la hora de acostarse. Antes de que el niño/a vaya a la cama, puede completarse la cena con un lácteo, por ejemplo, un vaso de leche. Es especialmente aconsejable que el niño/a tome fruta en la merienda.*

*Se utiliza aceite de oliva virgen extra para cocinar y para la elaboración de salsas, guisos, purés, cremas y ensaladas.*

*Se fomenta la utilización de frutas y verduras de temporada para las comidas y postres.*

*Se potencia el consumo de fibra con 2 raciones de legumbres y de pan integral a la semana.*

Telf. Cocina Central: 967160007 Telf. Oficina: 967160138