

MARIA INMACULADA- SEPTIEMBRE 2026



MENÚ BASAL

7	8	9	10	11
ARROZ CON TOMATE arroz, tomate frito, cebolla FILETE DE POLLO AL AJILLO 8 CON ENSALADA filete de contramuslo, ajo, perejil, aceite Fruta de temporada y pan 8 Cal 678 HC 88 Prot 32 Gr 21	JUDÍAS BLANCAS CON VERDURAS 10 judías, patata, puerro, zanahoria, pimentón EMPANADILLAS DE ATÚN 2.7.8 CON ENSALADA hojaldre, atún, tomate, huevo cocido Fruta de temporada y pan integral 8.13 Cal 697 HC 78 Prot 20 Gr 30	JUDÍAS VERDES REHOGADAS 10 judías verdes, patata, tomate frito CINTA DE LOMO FRESCA AL HORNO 8.10 CON PATATAS cinta de lomo de cerdo fresca, patata, ajo, perejil, aceite Fruta de temporada y pan 8 Cal 633 HC 72 Prot 32 Gr 22	PASTA BOLOÑESA CON SOJA 1.7.8 pasta, soja texturizada, tomate frito HUEVOS REVUELTOS 7 CON ENSALADA huevo líquido, aceite Fruta de temporada y pan 8 Cal 667 HC 82 Prot 31 Gr 21	GARBANZOS CON ARROZ INTEGRAL 10 garbanzos, arroz integral, zanahoria, pimiento MERLUZA A LA GALLEGA 2 CON ENSALADA merluza, pimentón, aceite Fruta de temporada ó lacteo y pan integral 6.8.13 Cal 697 HC 80 Prot 38 Gr 24
14	15	16	17	18
PASTA INTEGRAL C/TOMATE Y QUESO 6.7.8 pasta integral, tomate frito, queso rallado ABADEJO EN SALSA MENIERE CON ENSALADA 1.2.8 abadejo, margarina, agrio limón, ajo, perejil Fruta de temporada y pan 8 Cal 673 HC 79 Prot 31 Gr 79	LENTEJAS GUISADAS CON VERDURAS 10 lentejas, patata, calabaza, pimentón TORTILLA DE PATATA 7 CON ENSALADA huevo líquido, patata, aceite Fruta de temporada y pan integral 8.13 Cal 690 HC 89 Prot 24 Gr 26	PAELLA MIXTA 2.4.11 arroz, preparado de marisco, pollo, zanahoria CUARTOS DE POLLO AL HORNO CON ENSALADA 8 cuartos de pollo, ajo, perejil, aceite Fruta de temporada y pan 8 Cal 680 HC 86 Prot 36 Gr 20	SOPA DE COCIDO CON FIDEOS 5.7.8 pasta, codillo, gallina, garbanzos COMPLEMENTO DE COCIDO 10 garbanzos, chorizo, ternera, patata Fruta de temporada y pan 8 Cal 685 HC 76 Prot 33 Gr 26	CREMA DE CALABACÍN 10 calabacín, patata, aceite MERLUZA alla livornese 2.10 CON PATATAS merluza, patata, salsa de tomate, aceitunas Fruta de temporada ó lacteo y pan integral 6.8.13 Cal 654 HC 66 Prot 31 Gr 28
21	22	23	24	25
MENESTRA DE VERDURA REHOGADA 10 menestra, patata, tomate frito BACALAO A LA ANDALUZA 2.8 CON ENSALADA bacalao, harina, pan rallado, aceite Fruta de temporada y pan 8 Cal 624 HC 70 Prot 34 Gr 21	ARROZ HORTELANO arroz, menestra, tomate TORTILLA FRANCESA CON QUESO 6.7 huevo líquido, aceite, queso Fruta de temporada y pan integral 8.13 Cal 667 HC 87 Prot 21 Gr 25	GARBANZOS CON CALABAZA 10 garbanzos, patata, calabaza MERLUZA A LA BILBAINA 2,10.8 CON PATATA VAPOR merluza, patata, pimiento, harina Fruta de temporada y pan 8 Cal 686 HC 70 Prot 31 Gr 30	ESPAGUETIS INTEGRALES CON TOMATE Y ATÚN 2.7.8 pasta integral, tomate frito, atun en aceite MUSLOS DE POLLO ASADO AL CURRY 3.8.10 CON ENSALADA muslos de pollo, curry, cebolla Fruta de temporada y pan 8 Cal 654 HC 63 Prot 44 Gr 23	JUDÍAS PINTAS GUISADAS 10 judías, patata, zanahoria, puerro, pimentón ALBÓNDIGAS (burger meat) MIXTAS A LA JARDINERA 1.3.8 albóndigas burger meat mixta, menestra, tomate Fruta de temporada ó lacteo y pan integral 6.8.13 Cal 678 HC 67 Prot 31 Gr 26
28	29	30		
FIDEUA DE VERDURAS 7.8 pasta, menestra, tomate MERLUZA EN SALSA MARINERA 2.8 CON ENSALADA merluza, zanahoria, cebolla, tomate frito Fruta de temporada y pan 8 Cal 662 HC 88 Prot 33 Gr 18	ALUBIAS CANELA ESTOFADAS 10 judías, patata, puerro, zanahoria, pimentón TORTILLA DE PATATA 7 CON ENSALADA huevo líquido, patata, aceite Fruta de temporada y pan integral 8.13 Cal 687 HC 82 Prot 21 Gr 25	CREMA DE VERDURAS DE LA HUERTA 5.10 zanahoria, apio, patata, aceite POLLO AL CHILINDRÓN CON PATATAS 8.10 pollo, patata, tomate, zanahoria Fruta de temporada y pan 8 Cal 672 HC 61 Prot 44 Gr 26		

MARIA INMACULADA- SEPTIEMBRE 2026

MENÚ SIN HUEVO, TERNERA, PROTEÍNA DE LA LECHE Y SOJA

7	8	9	10	11
ARROZ CON TOMATE	JUDÍAS BLANCAS CON VERDURAS 10	JUDÍAS VERDES REHOGADAS 10	PASTA CON TOMATE SIN GLUTEN NI HUEVO	GARBANZOS CON ARROZ INTEGRAL 10
FILETE DE POLLO AL AJILLO CON ENSALADA	MERLUZA REBOZADA CON HARINA DE MAIZ Y ENSALADA 2	CINTA DE LOMO FRESCA AL HORNO 10 CON PATATAS	RAGU DE POLLO EN Salsa CON ENSALADA	MERLUZA A LA GALLEGA 2 CON ENSALADA
Fruta de temporada y pan 8 Cal 678 HC 88 Prot 32 Gr 21	Fruta de temporada y pan integral 8.13 Cal 697 HC 78 Prot 20 Gr 30	Fruta de temporada y pan 8 Cal 633 HC 72 Prot 32 Gr 22	Fruta de temporada y pan 8 Cal 667 HC 82 Prot 31 Gr 21	Fruta de temporada y pan integral 8.13 Cal 697 HC 80 Prot 38 Gr 24
14	15	16	17	18
PASTA CON TOMATE SIN GLUTEN NI HUEVO	LENTEJAS GUIADAS CON VERDURAS 10	PAELLA MIXTA 2.4.11	SOPA DE AVE 5 CON FIDEOS SIN GLUTEN NI HUEVO	CREMA DE CALABACÍN 10
ABADEJO AL HORNO CON ENSALADA 2	ESTOFADO DE PAVO CON ENSALADA	CUARTOS DE POLLO AL HORNO CON ENSALADA	COMPLEMENTO DE COCIDO 10 garbanzos, pollo, patata	MERLUZA alla livornese 2.10 CON PATATAS
Fruta de temporada y pan 8 Cal 673 HC 79 Prot 31 Gr 79	Fruta de temporada y pan integral 8.13 Cal 690 HC 89 Prot 24 Gr 26	Fruta de temporada y pan 8 Cal 680 HC 86 Prot 36 Gr 20	Fruta de temporada y pan 8 Cal 685 HC 76 Prot 33 Gr 26	Fruta de temporada y pan integral 8.13 Cal 654 HC 66 Prot 31 Gr 28
21	22	23	24	25
MENESTRA DE VERDURA REHOGADA 10	ARROZ HORTELANO	GARBANZOS CON CALABAZA 10	PASTA CON TOMATE Y ATUN 2 SIN GLUTEN NI HUEVO	JUDÍAS PINTAS GUIADAS 10
BACALAO A LA ANDALUZA 2.8 CON ENSALADA	RAGU DE POLLO ESTOFADO CON ENSALADA	MERLUZA A LA BILBAINA 2,10 CON PATATA VAPOR	MUSLOS DE POLLO ASADO AL CURRY 3.10 CON ENSALADA	FILETE DE PAVO A LA JARDINERA
Fruta de temporada y pan 8 Cal 624 HC 70 Prot 34 Gr 21	Fruta de temporada y pan integral 8.13 Cal 667 HC 87 Prot 21 Gr 25	Fruta de temporada y pan 8 Cal 686 HC 70 Prot 31 Gr 30	Fruta de temporada y pan 8 Cal 654 HC 63 Prot 44 Gr 23	Fruta de temporada y pan integral 8.13 Cal 678 HC 67 Prot 31 Gr 26
28	29	30		
PASTA CON VERDURAS SIN GLUTEN NI HUEVO	ALUBIAS CANELA ESTOFADAS 10	CREMA DE VERDURAS DE LA HUERTA 5.10	      	
MERLUZA EN Salsa MARINERA 2 CON ENSALADA	FILETE DE CERDO EN SU JUGO CON ENSALADA	POLLO AL CHILINDRÓN CON PATATAS 10		
Fruta de temporada y pan 8 Cal 662 HC 88 Prot 33 Gr 18	Fruta de temporada y pan integral 8.13 Cal 687 HC 82 Prot 21 Gr 25	Fruta de temporada y pan 8 Cal 672 HC 61 Prot 44 Gr 26	      	




MARIA INMACULADA- SEPTIEMBRE 2026

MENÚ SIN HUEVO PESCADO LECHE NI DERIVADOS

7	8	9	10	11
ARROZ CON TOMATE	JUDÍAS BLANCAS CON VERDURAS 10	JUDÍAS VERDES REHOGADAS 10	PASTA BOLOÑESA CON SOJA 1 SIN GLUTEN NI HUEVO	GARBANZOS CON ARROZ INTEGRAL 10
FILETE DE POLLO AL AJILLO 8 CON ENSALADA	FILETE DE PAVO EN SU JUGO CON ENSALADA	CINTA DE LOMO FRESCA AL HORNO 8.10 CON PATATAS	RAGU DE POLLO EN SALSA CON ENSALADA	FILETE DE PAVO A LA GALLEGA CON ENSALADA
Fruta de temporada y pan 8 Cal 678 HC 88 Prot 32 Gr 21	Fruta de temporada y pan integral 8.13 Cal 697 HC 78 Prot 20 Gr 30	Fruta de temporada y pan 8 Cal 633 HC 72 Prot 32 Gr 22	Fruta de temporada y pan 8 Cal 667 HC 82 Prot 31 Gr 21	Fruta de temporada/postre soja y pan integral 1.8.13 Cal 697 HC 80 Prot 38 Gr 24
14	15	16	17	18
PASTA CON TOMATE SIN GLUTEN NI HUEVO	LENTEJAS GUIADAS CON VERDURAS 10	PAELLA DE VERDURAS	SOPA DE COCIDO 5 SIN GLUTEN NI HUEVO	CREMA DE CALABACÍN 10
FILETE DE POLLO EN SU JUGO CON ENSALADA	ESTOFADO DE PAVO CON ENSALADA	CUARTOS DE POLLO AL HORNO CON ENSALADA 8	COMPLEMENTO DE COCIDO 10 garbanzos, chorizo, ternera, patata	FILETE DE PAVO alla livornese 10 CON PATATAS
Fruta de temporada y pan 8 Cal 673 HC 79 Prot 31 Gr 79	Fruta de temporada y pan integral 8.13 Cal 690 HC 89 Prot 24 Gr 26	Fruta de temporada y pan 8 Cal 680 HC 86 Prot 36 Gr 20	Fruta de temporada y pan 8 Cal 685 HC 76 Prot 33 Gr 26	Fruta de temporada/postre soja y pan integral 1.8.13 Cal 654 HC 66 Prot 31 Gr 28
21	22	23	24	25
MENESTRA DE VERDURA REHOGADA 10	ARROZ HORTELANO	GARBANZOS CON CALABAZA 10	PASTA CON TOMATE SIN GLUTEN NI HUEVO	JUDÍAS PINTAS GUIADAS 10
FILETE DE PAVO EN SU JUGO CON ENSALADA	RAGU DE POLLO ESTOFADO CON ENSALADA	FILETE DE PAVO AL AJILLO CON PATATA VAPOR 10	MUSLOS DE POLLO ASADO AL CURRY 3.8.10 CON ENSALADA	ALBÓNDIGAS (burger meat) MIXTAS A LA JARDINERA 1.3.8
Fruta de temporada y pan 8 Cal 624 HC 70 Prot 34 Gr 21	Fruta de temporada y pan integral 8.13 Cal 667 HC 87 Prot 21 Gr 25	Fruta de temporada y pan 8 Cal 686 HC 70 Prot 31 Gr 30	Fruta de temporada y pan 8 Cal 654 HC 63 Prot 44 Gr 23	Fruta de temporada/postre soja y pan integral 1.8.13 Cal 678 HC 67 Prot 31 Gr 26
28	29	30		
PASTA CON VERDURAS SIN GLUTEN NI HUEVO	ALUBIAS CANELA ESTOFADAS 10	CREMA DE VERDURAS DE LA HUERTA 5.10		
RAGU DE PAVO EN SALSA CON ENSALADA	FILETE DE CERDO EN SU JUGO CON ENSALADA	POLLO AL CHILINDRÓN CON PATATAS 8.10		
Fruta de temporada y pan 8 Cal 662 HC 88 Prot 33 Gr 18	Fruta de temporada y pan integral 8.13 Cal 687 HC 82 Prot 21 Gr 25	Fruta de temporada y pan 8 Cal 672 HC 61 Prot 44 Gr 26		



MARIA INMACULADA- SEPTIEMBRE 2026

MENÚ SIN CARNE SI POLLO

7	8	9	10	11
ARROZ CON TOMATE	JUDÍAS BLANCAS CON VERDURAS 10	JUDÍAS VERDES REHOGADAS 10	PASTA BOLOÑESA CON SOJA 1.7.8	GARBANZOS CON ARROZ INTEGRAL 10
FILETE DE POLLO AL AJILLO 8 CON ENSALADA	EMPANADILLAS DE ATÚN 2.7.8 CON ENSALADA	FILETE DE POLLO AL HORNO CON PATATAS 10	HUEVOS REVUELTOS 7 CON ENSALADA	MERLUZA A LA GALLEGA 2 CON ENSALADA
Fruta de temporada y pan 8 Cal 678 HC 88 Prot 32 Gr 21	Fruta de temporada y pan integral 8.13 Cal 697 HC 78 Prot 20 Gr 30	Fruta de temporada y pan 8 Cal 633 HC 72 Prot 32 Gr 22	Fruta de temporada y pan 8 Cal 667 HC 82 Prot 31 Gr 21	Fruta de temporada ó lacteo y pan integral 6.8.13 Cal 697 HC 80 Prot 38 Gr 24
14	15	16	17	18
PASTA INTEGRAL C/TOMATE Y QUESO 6.7.8	LENTEJAS GUIADAS CON VERDURAS 10	PAELLA MIXTA 2.4.11	SOPA DE AVE CON FIDEOS 5.7.8	CREMA DE CALABACÍN 10
ABADEJO EN SALSA MENIERE CON ENSALADA 1.2.8	TORTILLA DE PATATA 7 CON ENSALADA	CUARTOS DE POLLO AL HORNO CON ENSALADA 8	COMPLEMENTO DE COCIDO 10 garbanzos, pollo, patata	MERLUZA alla livornese 2.10 CON PATATAS
Fruta de temporada y pan 8 Cal 673 HC 79 Prot 31 Gr 79	Fruta de temporada y pan integral 8.13 Cal 690 HC 89 Prot 24 Gr 26	Fruta de temporada y pan 8 Cal 680 HC 86 Prot 36 Gr 20	Fruta de temporada y pan 8 Cal 685 HC 76 Prot 33 Gr 26	Fruta de temporada ó lacteo y pan integral 6.8.13 Cal 654 HC 66 Prot 31 Gr 28
21	22	23	24	25
MENESTRA DE VERDURA REHOGADA 10	ARROZ HORTELANO	GARBANZOS CON CALABAZA 10	ESPAGUETIS INTEGRALES CON TOMATE Y ATÚN 2.7.8	JUDÍAS PINTAS GUIADAS 10
BACALAO A LA ANDALUZA 2.8 CON ENSALADA	TORTILLA FRANCESA CON QUESO 6.7	MERLUZA A LA BILBAINA 2,10.8 CON PATATA VAPOR	MUSLOS DE POLLO ASADO AL CURRY 3.8.10 CON ENSALADA	HUEVOS REVUELTOS 7 CON MENESTRA
Fruta de temporada y pan 8 Cal 624 HC 70 Prot 34 Gr 21	Fruta de temporada y pan integral 8.13 Cal 667 HC 87 Prot 21 Gr 25	Fruta de temporada y pan 8 Cal 686 HC 70 Prot 31 Gr 30	Fruta de temporada y pan 8 Cal 654 HC 63 Prot 44 Gr 23	Fruta de temporada ó lacteo y pan integral 6.8.13 Cal 678 HC 67 Prot 31 Gr 26
28	29	30		
FIDEUA DE VERDURAS 7.8	ALUBIAS CANELA ESTOFADAS 10	CREMA DE VERDURAS DE LA HUERTA 5.10		
MERLUZA EN SALSA MARINERA 2.8 CON ENSALADA	TORTILLA DE PATATA 7 CON ENSALADA	POLLO AL CHILINDRÓN CON PATATAS 8.10		
Fruta de temporada y pan 8 Cal 662 HC 88 Prot 33 Gr 18	Fruta de temporada y pan integral 8.13 Cal 687 HC 82 Prot 21 Gr 25	Fruta de temporada y pan 8 Cal 672 HC 61 Prot 44 Gr 26		




MARIA INMACULADA- SEPTIEMBRE 2026



MENÚ SIN CERDO

7	8	9	10	11
ARROZ CON TOMATE arroz, tomate frito, cebolla FILETE DE POLLO AL AJILLO 8 CON ENSALADA filete de contramuslo, ajo, perejil, aceite Fruta de temporada y pan 8 Cal 678 HC 88 Prot 32 Gr 21	JUDÍAS BLANCAS CON VERDURAS 10 judías, patata, puerro, zanahoria, pimentón EMPANADILLAS DE ATÚN 2.7.8 CON ENSALADA hojaldre, atún, tomate, huevo cocido Fruta de temporada y pan integral 8.13 Cal 697 HC 78 Prot 20 Gr 30	JUDÍAS VERDES REHOGADAS 10 judías verdes, patata, tomate frito FILETE DE POLLO AL HORNO CON PATATAS 10 Fruta de temporada y pan 8 Cal 633 HC 72 Prot 32 Gr 22	PASTA BOLOÑESA CON SOJA 1.7.8 pasta, soja texturizada, tomate frito HUEVOS REVUELTOS 7 CON ENSALADA huevo líquido, aceite Fruta de temporada y pan 8 Cal 667 HC 82 Prot 31 Gr 21	GARBANZOS CON ARROZ INTEGRAL 10 garbanzos, arroz integral, zanahoria, pimiento MERLUZA A LA GALLEGA 2 CON ENSALADA merluza, pimentón, aceite Fruta de temporada ó lacteo y pan integral 6.8.13 Cal 697 HC 80 Prot 38 Gr 24
14	15	16	17	18
PASTA INTEGRAL C/TOMATE Y QUESO 6.7.8 pasta integral, tomate frito, queso rallado ABADEJO EN SALSA MENIERE CON ENSALADA 1.2.8 abadejo, margarina, agrio limón, ajo, perejil Fruta de temporada y pan 8 Cal 673 HC 79 Prot 31 Gr 79	LENTEJAS GUISADAS CON VERDURAS 10 lentejas, patata, calabaza, pimentón TORTILLA DE PATATA 7 CON ENSALADA huevo líquido, patata, aceite Fruta de temporada y pan integral 8.13 Cal 690 HC 89 Prot 24 Gr 26	PAELLA MIXTA 2.4.11 arroz, preparado de marisco, pollo, zanahoria CUARTOS DE POLLO AL HORNO CON ENSALADA 8 cuartos de pollo, ajo, perejil, aceite Fruta de temporada y pan 8 Cal 680 HC 86 Prot 36 Gr 20	SOPA DE AVE CON FIDEOS 5.7.8 COMPLEMENTO DE COCIDO 10 garbanzos, ternera, patata Fruta de temporada y pan 8 Cal 685 HC 76 Prot 33 Gr 26	CREMA DE CALABACÍN 10 calabacín, patata, aceite MERLUZA alla livornese 2.10 CON PATATAS merluza, patata, salsa de tomate, aceitunas Fruta de temporada ó lacteo y pan integral 6.8.13 Cal 654 HC 66 Prot 31 Gr 28
21	22	23	24	25
MENESTRA DE VERDURA REHOGADA 10 menestra, patata, tomate frito BACALAO A LA ANDALUZA 2.8 CON ENSALADA bacalao, harina, pan rallado, aceite Fruta de temporada y pan 8 Cal 624 HC 70 Prot 34 Gr 21	ARROZ HORTELANO arroz, menestra, tomate TORTILLA FRANCESA CON QUESO 6.7 huevo líquido, aceite, queso Fruta de temporada y pan integral 8.13 Cal 667 HC 87 Prot 21 Gr 25	GARBANZOS CON CALABAZA 10 garbanzos, patata, calabaza MERLUZA A LA BILBAINA 2,10.8 CON PATATA VAPOR merluza, patata, pimiento, harina Fruta de temporada y pan 8 Cal 686 HC 70 Prot 31 Gr 30	ESPAGUETIS INTEGRALES CON TOMATE Y ATÚN 2.7.8 pasta integral, tomate frito, atun en aceite MUSLOS DE POLLO ASADO AL CURRY 3.8.10 CON ENSALADA muslos de pollo, curry, cebolla Fruta de temporada y pan 8 Cal 654 HC 63 Prot 44 Gr 23	JUDÍAS PINTAS GUISADAS 10 judías, patata, zanahoria, puerro, pimentón FILETE DE PAVO A LA JARDINERA Fruta de temporada ó lacteo y pan integral 6.8.13 Cal 678 HC 67 Prot 31 Gr 26
28	29	30		
FIDEUA DE VERDURAS 7.8 pasta, menestra, tomate MERLUZA EN SALSA MARINERA 2.8 CON ENSALADA merluza, zanahoria, cebolla, tomate frito Fruta de temporada y pan 8 Cal 662 HC 88 Prot 33 Gr 18	ALUBIAS CANELA ESTOFADAS 10 judías, patata, puerro, zanahoria, pimentón TORTILLA DE PATATA 7 CON ENSALADA huevo líquido, patata, aceite Fruta de temporada y pan integral 8.13 Cal 687 HC 82 Prot 21 Gr 25	CREMA DE VERDURAS DE LA HUERTA 5.10 zanahoria, apio, patata, aceite POLLO AL CHILINDRÓN CON PATATAS 8.10 pollo, patata, tomate, zanahoria Fruta de temporada y pan 8 Cal 672 HC 61 Prot 44 Gr 26		

MARIA INMACULADA- SEPTIEMBRE 2026

MENÚ SIN HUEVO, GALLO NI LENGUADO

7	8	9	10	11
ARROZ CON TOMATE	JUDÍAS BLANCAS CON VERDURAS 10	JUDÍAS VERDES REHOGADAS 10	PASTA BOLOÑESA CON SOJA 1 SIN GLUTEN NI HUEVO	GARBANZOS CON ARROZ INTEGRAL 10
FILETE DE POLLO AL AJILLO 8 CON ENSALADA	MERLUZA REBOZADA CON HARINA DE MAIZ Y ENSALADA 2	CINTA DE LOMO FRESCA AL HORNO 8.10 CON PATATAS	RAGU DE POLLO EN SALSA CON ENSALADA	MERLUZA A LA GALLEGA 2 CON ENSALADA
Fruta de temporada y pan 8 Cal 678 HC 88 Prot 32 Gr 21	Fruta de temporada y pan integral 8.13 Cal 697 HC 78 Prot 20 Gr 30	Fruta de temporada y pan 8 Cal 633 HC 72 Prot 32 Gr 22	Fruta de temporada y pan 8 Cal 667 HC 82 Prot 31 Gr 21	Fruta de temporada ó lacteo y pan integral 6.8.13 Cal 697 HC 80 Prot 38 Gr 24
14	15	16	17	18
PASTA CON TOMATE Y QUESO 6 SIN GLUTEN NI HUEVO	LENTEJAS GUIADAS CON VERDURAS 10	PAELLA MIXTA 2.4.11	SOPA DE COCIDO 5 CON FIDEOS SIN GLUTEN NI HUEVO	CREMA DE CALABACÍN 10
ABADEJO EN SALSA MENIERE CON ENSALADA 1.2.8	ESTOFADO DE PAVO CON ENSALADA	CUARTOS DE POLLO AL HORNO CON ENSALADA 8	COMPLEMENTO DE COCIDO 10 garbanzos, chorizo, ternera, patata	MERLUZA alla livornese 2.10 CON PATATAS
Fruta de temporada y pan 8 Cal 673 HC 79 Prot 31 Gr 79	Fruta de temporada y pan integral 8.13 Cal 690 HC 89 Prot 24 Gr 26	Fruta de temporada y pan 8 Cal 680 HC 86 Prot 36 Gr 20	Fruta de temporada y pan 8 Cal 685 HC 76 Prot 33 Gr 26	Fruta de temporada ó lacteo y pan integral 6.8.13 Cal 654 HC 66 Prot 31 Gr 28
21	22	23	24	25
MENESTRA DE VERDURA REHOGADA 10	ARROZ HORTELANO	GARBANZOS CON CALABAZA 10	PASTA CON TOMATE Y ATUN 2 SIN GLUTEN NI HUEVO	JUDÍAS PINTAS GUIADAS 10
BACALAO A LA ANDALUZA 2.8 CON ENSALADA	RAGU DE POLLO ESTOFADO CON ENSALADA	MERLUZA A LA BILBAINA 2,10.8 CON PATATA VAPOR	MUSLOS DE POLLO ASADO AL CURRY 3.8.10 CON ENSALADA	ALBÓNDIGAS (burger meat) MIXTAS A LA JARDINERA 1.3.8
Fruta de temporada y pan 8 Cal 624 HC 70 Prot 34 Gr 21	Fruta de temporada y pan integral 8.13 Cal 667 HC 87 Prot 21 Gr 25	Fruta de temporada y pan 8 Cal 686 HC 70 Prot 31 Gr 30	Fruta de temporada y pan 8 Cal 654 HC 63 Prot 44 Gr 23	Fruta de temporada ó lacteo y pan integral 6.8.13 Cal 678 HC 67 Prot 31 Gr 26
28	29	30		
PASTA CON VERDURAS SIN GLUTEN NI HUEVO	ALUBIAS CANELA ESTOFADAS 10	CREMA DE VERDURAS DE LA HUERTA 5.10		
MERLUZA EN SALSA MARINERA 2.8 CON ENSALADA	FILETE DE CERDO EN SU JUGO CON ENSALADA	POLLO AL CHILINDRÓN CON PATATAS 8.10		
Fruta de temporada y pan 8 Cal 662 HC 88 Prot 33 Gr 18	Fruta de temporada y pan integral 8.13 Cal 687 HC 82 Prot 21 Gr 25	Fruta de temporada y pan 8 Cal 672 HC 61 Prot 44 Gr 26		



MARIA INMACULADA- SEPTIEMBRE 2026

MENÚ SIN HUEVO

7	8	9	10	11
ARROZ CON TOMATE	JUDÍAS BLANCAS CON VERDURAS 10	JUDÍAS VERDES REHOGADAS 10	PASTA BOLOÑESA CON SOJA 1 SIN GLUTEN NI HUEVO	GARBANZOS CON ARROZ INTEGRAL 10
FILETE DE POLLO AL AJILLO 8 CON ENSALADA	MERLUZA REBOZADA CON HARINA DE MAIZ Y ENSALADA 2	CINTA DE LOMO FRESCA AL HORNO 8.10 CON PATATAS	RAGU DE POLLO EN SALSA CON ENSALADA	MERLUZA A LA GALLEGA 2 CON ENSALADA
Fruta de temporada y pan 8 Cal 678 HC 88 Prot 32 Gr 21	Fruta de temporada y pan integral 8.13 Cal 697 HC 78 Prot 20 Gr 30	Fruta de temporada y pan 8 Cal 633 HC 72 Prot 32 Gr 22	Fruta de temporada y pan 8 Cal 667 HC 82 Prot 31 Gr 21	Fruta de temporada ó lacteo y pan integral 6.8.13 Cal 697 HC 80 Prot 38 Gr 24
14	15	16	17	18
PASTA CON TOMATE Y QUESO 6 SIN GLUTEN NI HUEVO	LENTEJAS GUIADAS CON VERDURAS 10	PAELLA MIXTA 2.4.11	SOPA DE COCIDO 5 CON FIDEOS SIN GLUTEN NI HUEVO	CREMA DE CALABACÍN 10
ABADEJO EN SALSA MENIERE CON ENSALADA 1.2.8	ESTOFADO DE PAVO CON ENSALADA	CUARTOS DE POLLO AL HORNO CON ENSALADA 8	COMPLEMENTO DE COCIDO 10 garbanzos, chorizo, ternera, patata	MERLUZA alla livornese 2.10 CON PATATAS
Fruta de temporada y pan 8 Cal 673 HC 79 Prot 31 Gr 79	Fruta de temporada y pan integral 8.13 Cal 690 HC 89 Prot 24 Gr 26	Fruta de temporada y pan 8 Cal 680 HC 86 Prot 36 Gr 20	Fruta de temporada y pan 8 Cal 685 HC 76 Prot 33 Gr 26	Fruta de temporada ó lacteo y pan integral 6.8.13 Cal 654 HC 66 Prot 31 Gr 28
21	22	23	24	25
MENESTRA DE VERDURA REHOGADA 10	ARROZ HORTELANO	GARBANZOS CON CALABAZA 10	PASTA CON TOMATE Y ATUN 2 SIN GLUTEN NI HUEVO	JUDÍAS PINTAS GUIADAS 10
BACALAO A LA ANDALUZA 2.8 CON ENSALADA	RAGU DE POLLO ESTOFADO CON ENSALADA	MERLUZA A LA BILBAINA 2.10.8 CON PATATA VAPOR	MUSLOS DE POLLO ASADO AL CURRY 3.8.10 CON ENSALADA	ALBÓNDIGAS (burger meat) MIXTAS A LA JARDINERA 1.3.8
Fruta de temporada y pan 8 Cal 624 HC 70 Prot 34 Gr 21	Fruta de temporada y pan integral 8.13 Cal 667 HC 87 Prot 21 Gr 25	Fruta de temporada y pan 8 Cal 686 HC 70 Prot 31 Gr 30	Fruta de temporada y pan 8 Cal 654 HC 63 Prot 44 Gr 23	Fruta de temporada ó lacteo y pan integral 6.8.13 Cal 678 HC 67 Prot 31 Gr 26
28	29	30		
PASTA CON VERDURAS SIN GLUTEN NI HUEVO	ALUBIAS CANELA ESTOFADAS 10	CREMA DE VERDURAS DE LA HUERTA 5.10	             	
MERLUZA EN SALSA MARINERA 2.8 CON ENSALADA	FILETE DE CERDO EN SU JUGO CON ENSALADA	POLLO AL CHILINDRÓN CON PATATAS 8.10		
Fruta de temporada y pan 8 Cal 662 HC 88 Prot 33 Gr 18	Fruta de temporada y pan integral 8.13 Cal 687 HC 82 Prot 21 Gr 25	Fruta de temporada y pan 8 Cal 672 HC 61 Prot 44 Gr 26		




MARIA INMACULADA- SEPTIEMBRE 2026

MENÚ SIN PESCADO

7	8	9	10	11
ARROZ CON TOMATE	JUDÍAS BLANCAS CON VERDURAS 10	JUDÍAS VERDES REHOGADAS 10	PASTA BOLOÑESA CON SOJA 1.7.8	GARBANZOS CON ARROZ INTEGRAL 10
FILETE DE POLLO AL AJILLO 8 CON ENSALADA	HUEVOS REVUELTOS 7 CON ENSALADA	CINTA DE LOMO FRESCA AL HORNO 8.10 CON PATATAS	HUEVOS REVUELTOS 7 CON ENSALADA	FILETE DE PAVO A LA GALLEGA CON ENSALADA
Fruta de temporada y pan 8 Cal 678 HC 88 Prot 32 Gr 21	Fruta de temporada y pan integral 8.13 Cal 697 HC 78 Prot 20 Gr 30	Fruta de temporada y pan 8 Cal 633 HC 72 Prot 32 Gr 22	Fruta de temporada y pan 8 Cal 667 HC 82 Prot 31 Gr 21	Fruta de temporada ó lacteo y pan integral 6.8.13 Cal 697 HC 80 Prot 38 Gr 24
14	15	16	17	18
PASTA INTEGRAL C/TOMATE Y QUESO 6.7.8	LENTEJAS GUIADAS CON VERDURAS 10	PAELLA DE VERDURAS	SOPA DE COCIDO CON FIDEOS 5.7.8	CREMA DE CALABACÍN 10
FILETE DE POLLO EN SU JUGO CON ENSALADA	TORTILLA DE PATATA 7 CON ENSALADA	CUARTOS DE POLLO AL HORNO CON ENSALADA 8	COMPLEMENTO DE COCIDO 10 garbanzos, chorizo, ternera, patata	HUEVOS REVUELTOS 7.10 CON PATATAS
Fruta de temporada y pan 8 Cal 673 HC 79 Prot 31 Gr 79	Fruta de temporada y pan integral 8.13 Cal 690 HC 89 Prot 24 Gr 26	Fruta de temporada y pan 8 Cal 680 HC 86 Prot 36 Gr 20	Fruta de temporada y pan 8 Cal 685 HC 76 Prot 33 Gr 26	Fruta de temporada ó lacteo y pan integral 6.8.13 Cal 654 HC 66 Prot 31 Gr 28
21	22	23	24	25
MENESTRA DE VERDURA REHOGADA 10	ARROZ HORTELANO	GARBANZOS CON CALABAZA 10	ESPAGUETIS INTEGRALES CON TOMATE 7.8	JUDÍAS PINTAS GUIADAS 10
FILETE DE PAVO EN SU JUGO CON ENSALADA	TORTILLA FRANCESA CON QUESO 6.7	FILETE DE PAVO AL AJILLO CON PATATA VAPOR 10	MUSLOS DE POLLO ASADO AL CURRY 3.8.10 CON ENSALADA	ALBÓNDIGAS (burger meat) MIXTAS A LA JARDINERA 1.3.8
Fruta de temporada y pan 8 Cal 624 HC 70 Prot 34 Gr 21	Fruta de temporada y pan integral 8.13 Cal 667 HC 87 Prot 21 Gr 25	Fruta de temporada y pan 8 Cal 686 HC 70 Prot 31 Gr 30	Fruta de temporada y pan 8 Cal 654 HC 63 Prot 44 Gr 23	Fruta de temporada ó lacteo y pan integral 6.8.13 Cal 678 HC 67 Prot 31 Gr 26
28	29	30		
FIDEUA DE VERDURAS 7.8	ALUBIAS CANELA ESTOFADAS 10	CREMA DE VERDURAS DE LA HUERTA 5.10	             	
RAGU DE PAVO EN SALSA CON ENSALADA	TORTILLA DE PATATA 7 CON ENSALADA	POLLO AL CHILINDRÓN CON PATATAS 8.10		
Fruta de temporada y pan 8 Cal 662 HC 88 Prot 33 Gr 18	Fruta de temporada y pan integral 8.13 Cal 687 HC 82 Prot 21 Gr 25	Fruta de temporada y pan 8 Cal 672 HC 61 Prot 44 Gr 26		




MARIA INMACULADA- SEPTIEMBRE 2026

MENÚ SIN PESCADO NI MARISCO

7	8	9	10	11
ARROZ CON TOMATE	JUDÍAS BLANCAS CON VERDURAS 10	JUDÍAS VERDES REHOGADAS 10	PASTA BOLOÑESA CON SOJA 1.7.8	GARBANZOS CON ARROZ INTEGRAL 10
FILETE DE POLLO AL AJILLO 8 CON ENSALADA	HUEVOS REVUELTOS 7 CON ENSALADA	CINTA DE LOMO FRESCA AL HORNO 8.10 CON PATATAS	HUEVOS REVUELTOS 7 CON ENSALADA	FILETE DE PAVO A LA GALLEGA CON ENSALADA
Fruta de temporada y pan 8 Cal 678 HC 88 Prot 32 Gr 21	Fruta de temporada y pan integral 8.13 Cal 697 HC 78 Prot 20 Gr 30	Fruta de temporada y pan 8 Cal 633 HC 72 Prot 32 Gr 22	Fruta de temporada y pan 8 Cal 667 HC 82 Prot 31 Gr 21	Fruta de temporada ó lacteo y pan integral 6.8.13 Cal 697 HC 80 Prot 38 Gr 24
14	15	16	17	18
PASTA INTEGRAL C/TOMATE Y QUESO 6.7.8	LENTEJAS GUIADAS CON VERDURAS 10	PAELLA DE VERDURAS	SOPA DE COCIDO CON FIDEOS 5.7.8	CREMA DE CALABACÍN 10
FILETE DE POLLO EN SU JUGO CON ENSALADA	TORTILLA DE PATATA 7 CON ENSALADA	CUARTOS DE POLLO AL HORNO CON ENSALADA 8	COMPLEMENTO DE COCIDO 10 garbanzos, chorizo, ternera, patata	HUEVOS REVUELTOS 7.10 CON PATATAS
Fruta de temporada y pan 8 Cal 673 HC 79 Prot 31 Gr 79	Fruta de temporada y pan integral 8.13 Cal 690 HC 89 Prot 24 Gr 26	Fruta de temporada y pan 8 Cal 680 HC 86 Prot 36 Gr 20	Fruta de temporada y pan 8 Cal 685 HC 76 Prot 33 Gr 26	Fruta de temporada ó lacteo y pan integral 6.8.13 Cal 654 HC 66 Prot 31 Gr 28
21	22	23	24	25
MENESTRA DE VERDURA REHOGADA 10	ARROZ HORTELANO	GARBANZOS CON CALABAZA 10	ESPAGUETIS INTEGRALES CON TOMATE 7.8	JUDÍAS PINTAS GUIADAS 10
FILETE DE PAVO EN SU JUGO CON ENSALADA	TORTILLA FRANCESA CON QUESO 6.7	FILETE DE PAVO AL AJILLO CON PATATA VAPOR 10	MUSLOS DE POLLO ASADO AL CURRY 3.8.10 CON ENSALADA	ALBÓNDIGAS (burger meat) MIXTAS A LA JARDINERA 1.3.8
Fruta de temporada y pan 8 Cal 624 HC 70 Prot 34 Gr 21	Fruta de temporada y pan integral 8.13 Cal 667 HC 87 Prot 21 Gr 25	Fruta de temporada y pan 8 Cal 686 HC 70 Prot 31 Gr 30	Fruta de temporada y pan 8 Cal 654 HC 63 Prot 44 Gr 23	Fruta de temporada ó lacteo y pan integral 6.8.13 Cal 678 HC 67 Prot 31 Gr 26
28	29	30		
FIDEUA DE VERDURAS 7.8	ALUBIAS CANELA ESTOFADAS 10	CREMA DE VERDURAS DE LA HUERTA 5.10	             	
RAGU DE PAVO EN SALSA CON ENSALADA	TORTILLA DE PATATA 7 CON ENSALADA	POLLO AL CHILINDRÓN CON PATATAS 8.10		
Fruta de temporada y pan 8 Cal 662 HC 88 Prot 33 Gr 18	Fruta de temporada y pan integral 8.13 Cal 687 HC 82 Prot 21 Gr 25	Fruta de temporada y pan 8 Cal 672 HC 61 Prot 44 Gr 26		




MARIA INMACULADA- SEPTIEMBRE 2026



MENÚ SIN FRUTOS SECOS NI KIWI

7	8	9	10	11
ARROZ CON TOMATE arroz, tomate frito, cebolla FILETE DE POLLO AL AJILLO 8 CON ENSALADA filete de contramuslo, ajo, perejil, aceite Fruta de temporada y pan 8 Cal 678 HC 88 Prot 32 Gr 21	JUDÍAS BLANCAS CON VERDURAS 10 judías, patata, puerro, zanahoria, pimentón EMPANADILLAS DE ATÚN 2.7.8 CON ENSALADA hojaldre, atún, tomate, huevo cocido Fruta de temporada y pan 8 Cal 697 HC 78 Prot 20 Gr 30	JUDÍAS VERDES REHOGADAS 10 judías verdes, patata, tomate frito CINTA DE LOMO FRESCA AL HORNO 8.10 CON PATATAS cinta de lomo de cerdo fresca, patata, ajo, perejil, aceite Fruta de temporada y pan 8 Cal 633 HC 72 Prot 32 Gr 22	PASTA BOLOÑESA CON SOJA 1.7.8 pasta, soja texturizada, tomate frito HUEVOS REVUELTOS 7 CON ENSALADA huevo líquido, aceite Fruta de temporada y pan 8 Cal 667 HC 82 Prot 31 Gr 21	GARBANZOS CON ARROZ INTEGRAL 10 garbanzos, arroz integral, zanahoria, pimiento MERLUZA A LA GALLEGA 2 CON ENSALADA merluza, pimentón, aceite Fruta de temporada ó lacteo y pan 6.8 Cal 697 HC 80 Prot 38 Gr 24
14	15	16	17	18
PASTA INTEGRAL C/TOMATE Y QUESO 6.7.8 pasta integral, tomate frito, queso rallado ABADEJO EN SALSA MENIERE CON ENSALADA 1.2.8 abadejo, margarina, agrio limón, ajo, perejil Fruta de temporada y pan 8 Cal 673 HC 79 Prot 31 Gr 79	LENTEJAS GUISADAS CON VERDURAS 10 lentejas, patata, calabaza, pimentón TORTILLA DE PATATA 7 CON ENSALADA huevo líquido, patata, aceite Fruta de temporada y pan 8 Cal 690 HC 89 Prot 24 Gr 26	PAELLA MIXTA 2.4.11 arroz, preparado de marisco, pollo, zanahoria CUARTOS DE POLLO AL HORNO CON ENSALADA 8 cuartos de pollo, ajo, perejil, aceite Fruta de temporada y pan 8 Cal 680 HC 86 Prot 36 Gr 20	SOPA DE COCIDO CON FIDEOS 5.7.8 pasta, codillo, gallina, garbanzos COMPLEMENTO DE COCIDO 10 garbanzos, chorizo, ternera, patata Fruta de temporada y pan 8 Cal 685 HC 76 Prot 33 Gr 26	CREMA DE CALABACÍN 10 calabacín, patata, aceite MERLUZA alla livornese 2.10 CON PATATAS merluza, patata, salsa de tomate, aceitunas Fruta de temporada ó lacteo y pan 6.8 Cal 654 HC 66 Prot 31 Gr 28
21	22	23	24	25
MENESTRA DE VERDURA REHOGADA 10 menestra, patata, tomate frito BACALAO A LA ANDALUZA 2.8 CON ENSALADA bacalao, harina, pan rallado, aceite Fruta de temporada y pan 8 Cal 624 HC 70 Prot 34 Gr 21	ARROZ HORTELANO arroz, menestra, tomate TORTILLA FRANCESA CON QUESO 6.7 huevo líquido, aceite, queso Fruta de temporada y pan 8 Cal 667 HC 87 Prot 21 Gr 25	GARBANZOS CON CALABAZA 10 garbanzos, patata, calabaza MERLUZA A LA BILBAINA 2,10.8 CON PATATA VAPOR merluza, patata, pimiento, harina Fruta de temporada y pan 8 Cal 686 HC 70 Prot 31 Gr 30	ESPAGUETIS INTEGRALES CON TOMATE Y ATÚN 2.7.8 pasta integral, tomate frito, atun en aceite MUSLOS DE POLLO ASADO AL CURRY 3.8.10 CON ENSALADA muslos de pollo, curry, cebolla Fruta de temporada y pan 8 Cal 654 HC 63 Prot 44 Gr 23	JUDÍAS PINTAS GUISADAS 10 judías, patata, zanahoria, puerro, pimentón ALBÓNDIGAS (burger meat) MIXTAS A LA JARDINERA 1.3.8 albóndigas burger meat mixta, menestra, tomate Fruta de temporada ó lacteo y pan 6.8 Cal 678 HC 67 Prot 31 Gr 26
28	29	30		
FIDEUA DE VERDURAS 7.8 pasta, menestra, tomate MERLUZA EN SALSA MARINERA 2.8 CON ENSALADA merluza, zanahoria, cebolla, tomate frito Fruta de temporada y pan 8 Cal 662 HC 88 Prot 33 Gr 18	ALUBIAS CANELA ESTOFADAS 10 judías, patata, puerro, zanahoria, pimentón TORTILLA DE PATATA 7 CON ENSALADA huevo líquido, patata, aceite Fruta de temporada y pan 8 Cal 687 HC 82 Prot 21 Gr 25	CREMA DE VERDURAS DE LA HUERTA 5.10 zanahoria, apio, patata, aceite POLLO AL CHILINDRÓN CON PATATAS 8.10 pollo, patata, tomate, zanahoria Fruta de temporada y pan 8 Cal 672 HC 61 Prot 44 Gr 26		

MARIA INMACULADA- SEPTIEMBRE 2026



MENÚ SIN FRUTOS SECOS

7	8	9	10	11
ARROZ CON TOMATE arroz, tomate frito, cebolla FILETE DE POLLO AL AJILLO 8 CON ENSALADA filete de contramuslo, ajo, perejil, aceite Fruta de temporada y pan 8 Cal 678 HC 88 Prot 32 Gr 21	JUDÍAS BLANCAS CON VERDURAS 10 judías, patata, puerro, zanahoria, pimentón EMPANADILLAS DE ATÚN 2.7.8 CON ENSALADA hojaldre, atún, tomate, huevo cocido Fruta de temporada y pan 8 Cal 697 HC 78 Prot 20 Gr 30	JUDÍAS VERDES REHOGADAS 10 judías verdes, patata, tomate frito CINTA DE LOMO FRESCA AL HORNO 8.10 CON PATATAS cinta de lomo de cerdo fresca, patata, ajo, perejil, aceite Fruta de temporada y pan 8 Cal 633 HC 72 Prot 32 Gr 22	PASTA BOLOÑESA CON SOJA 1.7.8 pasta, soja texturizada, tomate frito HUEVOS REVUELTOS 7 CON ENSALADA huevo líquido, aceite Fruta de temporada y pan 8 Cal 667 HC 82 Prot 31 Gr 21	GARBANZOS CON ARROZ INTEGRAL 10 garbanzos, arroz integral, zanahoria, pimiento MERLUZA A LA GALLEGA 2 CON ENSALADA merluza, pimentón, aceite Fruta de temporada ó lacteo y pan 6.8 Cal 697 HC 80 Prot 38 Gr 24
14	15	16	17	18
PASTA INTEGRAL C/TOMATE Y QUESO 6.7.8 pasta integral, tomate frito, queso rallado ABADEJO EN SALSA MENIERE CON ENSALADA 1.2.8 abadejo, margarina, agrio limón, ajo, perejil Fruta de temporada y pan 8 Cal 673 HC 79 Prot 31 Gr 79	LENTEJAS GUISADAS CON VERDURAS 10 lentejas, patata, calabaza, pimentón TORTILLA DE PATATA 7 CON ENSALADA huevo líquido, patata, aceite Fruta de temporada y pan 8 Cal 690 HC 89 Prot 24 Gr 26	PAELLA MIXTA 2.4.11 arroz, preparado de marisco, pollo, zanahoria CUARTOS DE POLLO AL HORNO CON ENSALADA 8 cuartos de pollo, ajo, perejil, aceite Fruta de temporada y pan 8 Cal 680 HC 86 Prot 36 Gr 20	SOPA DE COCIDO CON FIDEOS 5.7.8 pasta, codillo, gallina, garbanzos COMPLEMENTO DE COCIDO 10 garbanzos, chorizo, ternera, patata Fruta de temporada y pan 8 Cal 685 HC 76 Prot 33 Gr 26	CREMA DE CALABACÍN 10 calabacín, patata, aceite MERLUZA alla livornese 2.10 CON PATATAS merluza, patata, salsa de tomate, aceitunas Fruta de temporada ó lacteo y pan 6.8 Cal 654 HC 66 Prot 31 Gr 28
21	22	23	24	25
MENESTRA DE VERDURA REHOGADA 10 menestra, patata, tomate frito BACALAO A LA ANDALUZA 2.8 CON ENSALADA bacalao, harina, pan rallado, aceite Fruta de temporada y pan 8 Cal 624 HC 70 Prot 34 Gr 21	ARROZ HORTELANO arroz, menestra, tomate TORTILLA FRANCESA CON QUESO 6.7 huevo líquido, aceite, queso Fruta de temporada y pan 8 Cal 667 HC 87 Prot 21 Gr 25	GARBANZOS CON CALABAZA 10 garbanzos, patata, calabaza MERLUZA A LA BILBAINA 2,10.8 CON PATATA VAPOR merluza, patata, pimiento, harina Fruta de temporada y pan 8 Cal 686 HC 70 Prot 31 Gr 30	ESPAGUETIS INTEGRALES CON TOMATE Y ATÚN 2.7.8 pasta integral, tomate frito, atun en aceite MUSLOS DE POLLO ASADO AL CURRY 3.8.10 CON ENSALADA muslos de pollo, curry, cebolla Fruta de temporada y pan 8 Cal 654 HC 63 Prot 44 Gr 23	JUDÍAS PINTAS GUISADAS 10 judías, patata, zanahoria, puerro, pimentón ALBÓNDIGAS (burger meat) MIXTAS A LA JARDINERA 1.3.8 albóndigas burger meat mixta, menestra, tomate Fruta de temporada ó lacteo y pan 6.8 Cal 678 HC 67 Prot 31 Gr 26
28	29	30		
FIDEUA DE VERDURAS 7.8 pasta, menestra, tomate MERLUZA EN SALSA MARINERA 2.8 CON ENSALADA merluza, zanahoria, cebolla, tomate frito Fruta de temporada y pan 8 Cal 662 HC 88 Prot 33 Gr 18	ALUBIAS CANELA ESTOFADAS 10 judías, patata, puerro, zanahoria, pimentón TORTILLA DE PATATA 7 CON ENSALADA huevo líquido, patata, aceite Fruta de temporada y pan 8 Cal 687 HC 82 Prot 21 Gr 25	CREMA DE VERDURAS DE LA HUERTA 5.10 zanahoria, apio, patata, aceite POLLO AL CHILINDRÓN CON PATATAS 8.10 pollo, patata, tomate, zanahoria Fruta de temporada y pan 8 Cal 672 HC 61 Prot 44 Gr 26		

MARIA INMACULADA- SEPTIEMBRE 2026

MENÚ SIN LEGUMBRES

7	8	9	10	11
ARROZ CON TOMATE	PATATAS GUIADAS CON VERDURAS 10 SIN JUDIAS NI GUISANTES	VERDURA REHOGADA 10 SIN JUDIAS NI GUISANTES	PASTA CON TOMATE SIN GLUTEN NI HUEVO	CREMA DE VERDURAS 10 SIN JUDIAS NI GUISANTES
FILETE DE POLLO AL AJILLO CON ENSALADA	EMPANADILLAS DE ATÚN 2.7.8 CON ENSALADA	CINTA DE LOMO FRESCA AL HORNO 10 CON PATATAS	HUEVOS REVUELTOS 7 CON ENSALADA	MERLUZA A LA GALLEGA 2 CON ENSALADA
Fruta de temporada y pan 8 Cal 678 HC 88 Prot 32 Gr 21	Fruta de temporada y pan integral 8.13 Cal 697 HC 78 Prot 20 Gr 30	Fruta de temporada y pan 8 Cal 633 HC 72 Prot 32 Gr 22	Fruta de temporada y pan 8 Cal 667 HC 82 Prot 31 Gr 21	Fruta de temporada ó lacteo y pan integral 6.8.13 Cal 697 HC 80 Prot 38 Gr 24
14	15	16	17	18
PASTA CON TOMATE Y QUESO 6 SIN GLUTEN NI HUEVO	PATATAS GUIADAS CON VERDURAS 10 SIN JUDIAS NI GUISANTES	PAELLA DE VERDURAS SIN JUDIAS NI GUISANTES	SOPA DE AVE CON FIDEOS 5 SIN GLUTEN NI HUEVO	CREMA DE CALABACÍN 10
ABADEJO AL HORNO CON ENSALADA 2	TORTILLA DE PATATA 7 CON ENSALADA	CUARTOS DE POLLO AL HORNO CON ENSALADA	FILETE DE CERDO EN SU JUGO CON ENSALADA	MERLUZA alla livornese 2.10 CON PATATAS
Fruta de temporada y pan 8 Cal 673 HC 79 Prot 31 Gr 79	Fruta de temporada y pan integral 8.13 Cal 690 HC 89 Prot 24 Gr 26	Fruta de temporada y pan 8 Cal 680 HC 86 Prot 36 Gr 20	Fruta de temporada y pan 8 Cal 685 HC 76 Prot 33 Gr 26	Fruta de temporada ó lacteo y pan integral 6.8.13 Cal 654 HC 66 Prot 31 Gr 28
21	22	23	24	25
VERDURA REHOGADA 10 SIN JUDIAS NI GUISANTES	ARROZ CON VERDURAS SIN JUDIAS NI GUISANTES	CREMA DE CALABAZA 10	PASTA CON TOMATE Y ATUN 2 SIN GLUTEN NI HUEVO	PATATAS GUIADAS CON VERDURAS 10 SIN JUDIAS NI GUISANTES
BACALAO A LA ANDALUZA 2.8 CON ENSALADA	TORTILLA FRANCESA CON QUESO 6.7	MERLUZA A LA BILBAINA 2,10 CON PATATA VAPOR	MUSLOS DE POLLO ASADO AL CURRY 3.10 CON ENSALADA	FILETE DE PAVO EN SALSA CON ENSALADA
Fruta de temporada y pan 8 Cal 624 HC 70 Prot 34 Gr 21	Fruta de temporada y pan integral 8.13 Cal 667 HC 87 Prot 21 Gr 25	Fruta de temporada y pan 8 Cal 686 HC 70 Prot 31 Gr 30	Fruta de temporada y pan 8 Cal 654 HC 63 Prot 44 Gr 23	Fruta de temporada ó lacteo y pan integral 6.8.13 Cal 678 HC 67 Prot 31 Gr 26
28	29	30		
PASTA CON VERDURAS S/GLUTEN NI HUEVO SIN JUDIAS NI GUISANTES	VERDURA REHOGADA 10 SIN JUDIAS NI GUISANTES	CREMA DE VERDURAS DE LA HUERTA 5.10	             	
MERLUZA EN SALSA MARINERA 2 CON ENSALADA	TORTILLA DE PATATA 7 CON ENSALADA	POLLO AL CHILINDRÓN CON PATATAS 10		
Fruta de temporada y pan 8 Cal 662 HC 88 Prot 33 Gr 18	Fruta de temporada y pan integral 8.13 Cal 687 HC 82 Prot 21 Gr 25	Fruta de temporada y pan 8 Cal 672 HC 61 Prot 44 Gr 26		




MARIA INMACULADA- SEPTIEMBRE 2026

MENÚ SIN GLUTEN

7	8	9	10	11
ARROZ CON TOMATE	JUDÍAS BLANCAS CON VERDURAS 10	JUDÍAS VERDES REHOGADAS 10	PASTA BOLOÑESA CON SOJA 1 SIN GLUTEN NI HUEVO	GARBANZOS CON ARROZ INTEGRAL 10
FILETE DE POLLO AL AJILLO CON ENSALADA	MERLUZA REBOZADA CON HARINA DE MAIZ Y ENSALADA 2	CINTA DE LOMO FRESCA AL HORNO 10 CON PATATAS	HUEVOS REVUELTOS 7 CON ENSALADA	MERLUZA A LA GALLEGA 2 CON ENSALADA
Fruta de temporada y pan sin gluten Cal 678 HC 88 Prot 32 Gr 21	Fruta de temporada y pan sin gluten Cal 697 HC 78 Prot 20 Gr 30	Fruta de temporada y pan sin gluten Cal 633 HC 72 Prot 32 Gr 22	Fruta de temporada y pan sin gluten Cal 667 HC 82 Prot 31 Gr 21	Fruta de temporada ó lacteo y pan sin gluten 6.13 Cal 697 HC 80 Prot 38 Gr 24
14	15	16	17	18
PASTA CON TOMATE Y QUESO 6 SIN GLUTEN NI HUEVO	LENTEJAS GUIADAS CON VERDURAS 10	PAELLA MIXTA 2.4.11	SOPA DE COCIDO 5 CON FIDEOS SIN GLUTEN NI HUEVO	CREMA DE CALABACÍN 10
ABADEJO EN SALSA MENIERE CON ENSALADA 1.2	TORTILLA DE PATATA 7 CON ENSALADA	CUARTOS DE POLLO AL HORNO CON ENSALADA	COMPLEMENTO DE COCIDO 10 garbanzos, chorizo, ternera, patata	MERLUZA alla livornese 2.10 CON PATATAS
Fruta de temporada y pan sin gluten Cal 673 HC 79 Prot 31 Gr 79	Fruta de temporada y pan sin gluten Cal 690 HC 89 Prot 24 Gr 26	Fruta de temporada y pan sin gluten Cal 680 HC 86 Prot 36 Gr 20	Fruta de temporada y pan sin gluten Cal 685 HC 76 Prot 33 Gr 26	Fruta de temporada ó lacteo y pan sin gluten 6.13 Cal 654 HC 66 Prot 31 Gr 28
21	22	23	24	25
MENESTRA DE VERDURA REHOGADA 10	ARROZ HORTELANO	GARBANZOS CON CALABAZA 10	PASTA CON TOMATE Y ATUN 2 SIN GLUTEN NI HUEVO	JUDÍAS PINTAS GUIADAS 10
MERLUZA REBOZADA CON HARINA DE MAIZ Y ENSALADA 2	TORTILLA FRANCESA CON QUESO 6.7	MERLUZA A LA BILBAINA 2,10 CON PATATA VAPOR	MUSLOS DE POLLO ASADO AL CURRY 3.10 CON ENSALADA	FILETE DE PAVO A LA JARDINERA
Fruta de temporada y pan sin gluten Cal 624 HC 70 Prot 34 Gr 21	Fruta de temporada y pan sin gluten Cal 667 HC 87 Prot 21 Gr 25	Fruta de temporada y pan sin gluten Cal 686 HC 70 Prot 31 Gr 30	Fruta de temporada y pan sin gluten Cal 654 HC 63 Prot 44 Gr 23	Fruta de temporada ó lacteo y pan sin gluten 6.13 Cal 678 HC 67 Prot 31 Gr 26
28	29	30		
PASTA CON VERDURAS SIN GLUTEN NI HUEVO	ALUBIAS CANELA ESTOFADAS 10	CREMA DE VERDURAS DE LA HUERTA 5.10		
MERLUZA EN SALSA MARINERA 2 CON ENSALADA	TORTILLA DE PATATA 7 CON ENSALADA	POLLO AL CHILINDRÓN CON PATATAS 10		
Fruta de temporada y pan sin gluten Cal 662 HC 88 Prot 33 Gr 18	Fruta de temporada y pan sin gluten Cal 687 HC 82 Prot 21 Gr 25	Fruta de temporada y pan sin gluten Cal 672 HC 61 Prot 44 Gr 26		

* los productos utilizados en la elaboración de este menu son exentos de gluten

SIC

Valoración nutricional para una franja etaria de 6 a 10 años
Servicios integrales para colectividades S.L. Esther Martínez MAD01724

MARIA INMACULADA- SEPTIEMBRE 2026

MENÚ SIN GLUTEN, JUDIAS VERDES (JUDIAS EN GENERAL)

7	8	9	10	11
ARROZ CON TOMATE	PATATAS GUIADAS CON VERDURAS 10 SIN JUDIAS NI GUISANTES	VERDURA REHOGADA 10 SIN JUDIAS NI GUISANTES	PASTA BOLOÑESA CON SOJA 1 SIN GLUTEN NI HUEVO	GARBANZOS CON ARROZ INTEGRAL 10
FILETE DE POLLO AL AJILLO CON ENSALADA	MERLUZA REBOZADA CON HARINA DE MAIZ Y ENSALADA 2	CINTA DE LOMO FRESCA AL HORNO 10 CON PATATAS	HUEVOS REVUELTOS 7 CON ENSALADA	MERLUZA A LA GALLEGA 2 CON ENSALADA
Fruta de temporada y pan sin gluten Cal 678 HC 88 Prot 32 Gr 21	Fruta de temporada y pan sin gluten Cal 697 HC 78 Prot 20 Gr 30	Fruta de temporada y pan sin gluten Cal 633 HC 72 Prot 32 Gr 22	Fruta de temporada y pan sin gluten Cal 667 HC 82 Prot 31 Gr 21	Fruta de temporada ó lacteo y pan sin gluten 6.13 Cal 697 HC 80 Prot 38 Gr 24
14	15	16	17	18
PASTA CON TOMATE Y QUESO 6 SIN GLUTEN NI HUEVO	LENTEJAS GUIADAS CON VERDURAS 10	PAELLA DE VERDURAS SIN JUDIAS NI GUISANTES	SOPA DE COCIDO 5 CON FIDEOS SIN GLUTEN NI HUEVO	CREMA DE CALABACÍN 10
ABADEJO EN SALSA MENIERE CON ENSALADA 1.2	TORTILLA DE PATATA 7 CON ENSALADA	CUARTOS DE POLLO AL HORNO CON ENSALADA	COMPLEMENTO DE COCIDO 10 garbanzos, chorizo, ternera, patata	MERLUZA alla livornese 2.10 CON PATATAS
Fruta de temporada y pan sin gluten Cal 673 HC 79 Prot 31 Gr 79	Fruta de temporada y pan sin gluten Cal 690 HC 89 Prot 24 Gr 26	Fruta de temporada y pan sin gluten Cal 680 HC 86 Prot 36 Gr 20	Fruta de temporada y pan sin gluten Cal 685 HC 76 Prot 33 Gr 26	Fruta de temporada ó lacteo y pan sin gluten 6.13 Cal 654 HC 66 Prot 31 Gr 28
21	22	23	24	25
VERDURA REHOGADA 10 SIN JUDIAS NI GUISANTES	ARROZ CON VERDURAS SIN JUDIAS NI GUISANTES	GARBANZOS CON CALABAZA 10	PASTA CON TOMATE Y ATUN 2 SIN GLUTEN NI HUEVO	PATATAS GUIADAS CON VERDURAS 10 SIN JUDIAS NI GUISANTES
MERLUZA REBOZADA CON HARINA DE MAIZ Y ENSALADA 2	TORTILLA FRANCESA CON QUESO 6.7	MERLUZA A LA BILBAINA 2,10 CON PATATA VAPOR	MUSLOS DE POLLO ASADO AL CURRY 3.10 CON ENSALADA	FILETE DE PAVO EN SALSA CON ENSALADA
Fruta de temporada y pan sin gluten Cal 624 HC 70 Prot 34 Gr 21	Fruta de temporada y pan sin gluten Cal 667 HC 87 Prot 21 Gr 25	Fruta de temporada y pan sin gluten Cal 686 HC 70 Prot 31 Gr 30	Fruta de temporada y pan sin gluten Cal 654 HC 63 Prot 44 Gr 23	Fruta de temporada ó lacteo y pan sin gluten 6.13 Cal 678 HC 67 Prot 31 Gr 26
28	29	30		
PASTA CON VERDURAS SIN GLUTEN NI HUEVO	VERDURA REHOGADA 10 SIN JUDIAS NI GUISANTES	CREMA DE VERDURAS DE LA HUERTA 5.10		
MERLUZA EN SALSA MARINERA 2 CON ENSALADA	TORTILLA DE PATATA 7 CON ENSALADA	POLLO AL CHILINDRÓN CON PATATAS 10		
Fruta de temporada y pan sin gluten Cal 662 HC 88 Prot 33 Gr 18	Fruta de temporada y pan sin gluten Cal 687 HC 82 Prot 21 Gr 25	Fruta de temporada y pan sin gluten Cal 672 HC 61 Prot 44 Gr 26		

* los productos utilizados en la elaboración de este menu son exentos de gluten

Valoración nutricional para una franja etaria de 6 a 10 años

Servicios integrales para colectividades S.L. Esther Martínez MAD01724

MARIA INMACULADA- SEPTIEMBRE 2026
MENÚ SIN JUDIAS BLANCAS NI PINTAS



7	8	9	10	11
ARROZ CON TOMATE arroz, tomate frito, cebolla FILETE DE POLLO AL AJILLO 8 CON ENSALADA filete de contramuslo, ajo, perejil, aceite Fruta de temporada y pan 8 Cal 678 HC 88 Prot 32 Gr 21	PATATAS GUIADAS CON VERDURAS 10 SIN JUDIAS NI GUISANTES EMPANADILLAS DE ATÚN 2.7.8 CON ENSALADA hojaldre, atún, tomate, huevo cocido Fruta de temporada y pan integral 8.13 Cal 697 HC 78 Prot 20 Gr 30	JUDÍAS VERDES REHOGADAS 10 judías verdes, patata, tomate frito CINTA DE LOMO FRESCA AL HORNO 8.10 CON PATATAS cinta de lomo de cerdo fresca, patata, ajo, perejil, aceite Fruta de temporada y pan 8 Cal 633 HC 72 Prot 32 Gr 22	PASTA BOLOÑESA CON SOJA 1.7.8 pasta, soja texturizada, tomate frito HUEVOS REVUELTOS 7 CON ENSALADA huevo líquido, aceite Fruta de temporada y pan 8 Cal 667 HC 82 Prot 31 Gr 21	GARBANZOS CON ARROZ INTEGRAL 10 garbanzos, arroz integral, zanahoria, pimiento MERLUZA A LA GALLEGA 2 CON ENSALADA merluza, pimentón, aceite Fruta de temporada ó lacteo y pan integral 6.8.13 Cal 697 HC 80 Prot 38 Gr 24
14	15	16	17	18
PASTA INTEGRAL C/TOMATE Y QUESO 6.7.8 pasta integral, tomate frito, queso rallado ABADEJO EN SALSA MENIERE CON ENSALADA 1.2.8 abadejo, margarina, agrio limón, ajo, perejil Fruta de temporada y pan 8 Cal 673 HC 79 Prot 31 Gr 79	LENTEJAS GUIADAS CON VERDURAS 10 lentejas, patata, calabaza, pimentón TORTILLA DE PATATA 7 CON ENSALADA huevo líquido, patata, aceite Fruta de temporada y pan integral 8.13 Cal 690 HC 89 Prot 24 Gr 26	PAELLA MIXTA 2.4.11 arroz, preparado de marisco, pollo, zanahoria CUARTOS DE POLLO AL HORNO CON ENSALADA 8 cuartos de pollo, ajo, perejil, aceite Fruta de temporada y pan 8 Cal 680 HC 86 Prot 36 Gr 20	SOPA DE COCIDO CON FIDEOS 5.7.8 pasta, codillo, gallina, garbanzos COMPLEMENTO DE COCIDO 10 garbanzos, chorizo, ternera, patata Fruta de temporada y pan 8 Cal 685 HC 76 Prot 33 Gr 26	CREMA DE CALABACÍN 10 calabacín, patata, aceite MERLUZA alla livornese 2.10 CON PATATAS merluza, patata, salsa de tomate, aceitunas Fruta de temporada ó lacteo y pan integral 6.8.13 Cal 654 HC 66 Prot 31 Gr 28
21	22	23	24	25
MENESTRA DE VERDURA REHOGADA 10 menestra, patata, tomate frito BACALAO A LA ANDALUZA 2.8 CON ENSALADA bacalao, harina, pan rallado, aceite Fruta de temporada y pan 8 Cal 624 HC 70 Prot 34 Gr 21	ARROZ HORTELANO arroz, menestra, tomate TORTILLA FRANCESA CON QUESO 6.7 huevo líquido, aceite, queso Fruta de temporada y pan integral 8.13 Cal 667 HC 87 Prot 21 Gr 25	GARBANZOS CON CALABAZA 10 garbanzos, patata, calabaza MERLUZA A LA BILBAINA 2,10.8 CON PATATA VAPOR merluza, patata, pimiento, harina Fruta de temporada y pan 8 Cal 686 HC 70 Prot 31 Gr 30	ESPAGUETIS INTEGRALES CON TOMATE Y ATÚN 2.7.8 pasta integral, tomate frito, atun en aceite MUSLOS DE POLLO ASADO AL CURRY 3.8.10 CON ENSALADA muslos de pollo, curry, cebolla Fruta de temporada y pan 8 Cal 654 HC 63 Prot 44 Gr 23	PATATAS GUIADAS CON VERDURAS 10 SIN JUDIAS NI GUISANTES ALBÓNDIGAS (burger meat) MIXTAS A LA JARDINERA 1.3.8 albóndigas burger meat mixta, menestra, tomate Fruta de temporada ó lacteo y pan integral 6.8.13 Cal 678 HC 67 Prot 31 Gr 26
28	29	30		
FIDEUA DE VERDURAS 7.8 pasta, menestra, tomate MERLUZA EN SALSA MARINERA 2.8 CON ENSALADA merluza, zanahoria, cebolla, tomate frito Fruta de temporada y pan 8 Cal 662 HC 88 Prot 33 Gr 18	VERDURA REHOGADA 10 SIN JUDIAS NI GUISANTES TORTILLA DE PATATA 7 CON ENSALADA huevo líquido, patata, aceite Fruta de temporada y pan integral 8.13 Cal 687 HC 82 Prot 21 Gr 25	CREMA DE VERDURAS DE LA HUERTA 5.10 zanahoria, apio, patata, aceite POLLO AL CHILINDRÓN CON PATATAS 8.10 pollo, patata, tomate, zanahoria Fruta de temporada y pan 8 Cal 672 HC 61 Prot 44 Gr 26		

MARIA INMACULADA- SEPTIEMBRE 2026

MENÚ SIN GARBANZOS NI PLATANO



7	8	9	10	11
ARROZ CON TOMATE arroz, tomate frito, cebolla FILETE DE POLLO AL AJILLO 8 CON ENSALADA filete de contramuslo, ajo, perejil, aceite Fruta de temporada y pan 8 Cal 678 HC 88 Prot 32 Gr 21	JUDÍAS BLANCAS CON VERDURAS 10 judías, patata, puerro, zanahoria, pimentón EMPANADILLAS DE ATÚN 2.7.8 CON ENSALADA hojaldre, atún, tomate, huevo cocido Fruta de temporada y pan integral 8.13 Cal 697 HC 78 Prot 20 Gr 30	JUDÍAS VERDES REHOGADAS 10 judías verdes, patata, tomate frito CINTA DE LOMO FRESCA AL HORNO 8.10 CON PATATAS cinta de lomo de cerdo fresca, patata, ajo, perejil, aceite Fruta de temporada y pan 8 Cal 633 HC 72 Prot 32 Gr 22	PASTA BOLOÑESA CON SOJA 1.7.8 pasta, soja texturizada, tomate frito HUEVOS REVUELTOS 7 CON ENSALADA huevo líquido, aceite Fruta de temporada y pan 8 Cal 667 HC 82 Prot 31 Gr 21	CREMA DE VERDURAS 10 MERLUZA A LA GALLEGA 2 CON ENSALADA merluza, pimentón, aceite Fruta de temporada ó lacteo y pan integral 6.8.13 Cal 697 HC 80 Prot 38 Gr 24
14	15	16	17	18
PASTA INTEGRAL C/TOMATE Y QUESO 6.7.8 pasta integral, tomate frito, queso rallado ABADEJO EN SALSA MENIERE CON ENSALADA 1.2.8 abadejo, margarina, agrio limón, ajo, perejil Fruta de temporada y pan 8 Cal 673 HC 79 Prot 31 Gr 79	LENTEJAS GUISADAS CON VERDURAS 10 lentejas, patata, calabaza, pimentón TORTILLA DE PATATA 7 CON ENSALADA huevo líquido, patata, aceite Fruta de temporada y pan integral 8.13 Cal 690 HC 89 Prot 24 Gr 26	PAELLA MIXTA 2.4.11 arroz, preparado de marisco, pollo, zanahoria CUARTOS DE POLLO AL HORNO CON ENSALADA 8 cuartos de pollo, ajo, perejil, aceite Fruta de temporada y pan 8 Cal 680 HC 86 Prot 36 Gr 20	SOPA DE AVE CON FIDEOS 5 SIN GLUTEN NI HUEVO FILETE DE CERDO EN SU JUGO CON ENSALADA Fruta de temporada y pan 8 Cal 685 HC 76 Prot 33 Gr 26	CREMA DE CALABACÍN 10 calabacín, patata, aceite MERLUZA alla livornese 2.10 CON PATATAS merluza, patata, salsa de tomate, aceitunas Fruta de temporada ó lacteo y pan integral 6.8.13 Cal 654 HC 66 Prot 31 Gr 28
21	22	23	24	25
MENESTRA DE VERDURA REHOGADA 10 menestra, patata, tomate frito BACALAO A LA ANDALUZA 2.8 CON ENSALADA bacalao, harina, pan rallado, aceite Fruta de temporada y pan 8 Cal 624 HC 70 Prot 34 Gr 21	ARROZ HORTELANO arroz, menestra, tomate TORTILLA FRANCESA CON QUESO 6.7 huevo líquido, aceite, queso Fruta de temporada y pan integral 8.13 Cal 667 HC 87 Prot 21 Gr 25	CREMA DE CALABAZA 10 MERLUZA A LA BILBAINA 2,10.8 CON PATATA VAPOR merluza, patata, pimiento, harina Fruta de temporada y pan 8 Cal 686 HC 70 Prot 31 Gr 30	ESPAGUETIS INTEGRALES CON TOMATE Y ATÚN 2.7.8 pasta integral, tomate frito, atun en aceite MUSLOS DE POLLO ASADO AL CURRY 3.8.10 CON ENSALADA muslos de pollo, curry, cebolla Fruta de temporada y pan 8 Cal 654 HC 63 Prot 44 Gr 23	JUDÍAS PINTAS GUISADAS 10 judías, patata, zanahoria, puerro, pimentón ALBÓNDIGAS (burger meat) MIXTAS A LA JARDINERA 1.3.8 albóndigas burger meat mixta, menestra, tomate Fruta de temporada ó lacteo y pan integral 6.8.13 Cal 678 HC 67 Prot 31 Gr 26
28	29	30		
FIDEUA DE VERDURAS 7.8 pasta, menestra, tomate MERLUZA EN SALSA MARINERA 2.8 CON ENSALADA merluza, zanahoria, cebolla, tomate frito Fruta de temporada y pan 8 Cal 662 HC 88 Prot 33 Gr 18	ALUBIAS CANELA ESTOFADAS 10 judías, patata, puerro, zanahoria, pimentón TORTILLA DE PATATA 7 CON ENSALADA huevo líquido, patata, aceite Fruta de temporada y pan integral 8.13 Cal 687 HC 82 Prot 21 Gr 25	CREMA DE VERDURAS DE LA HUERTA 5.10 zanahoria, apio, patata, aceite POLLO AL CHILINDRÓN CON PATATAS 8.10 pollo, patata, tomate, zanahoria Fruta de temporada y pan 8 Cal 672 HC 61 Prot 44 Gr 26		

MARIA INMACULADA- SEPTIEMBRE 2026



MENÚ SIN FRUTOS SECOS, MELOCOTON NI SOJA

7	8	9	10	11
ARROZ CON TOMATE arroz, tomate frito, cebolla FILETE DE POLLO AL AJILLO CON ENSALADA filete de contramuslo, ajo, perejil, aceite Fruta de temporada y pan 8 Cal 678 HC 88 Prot 32 Gr 21	JUDÍAS BLANCAS CON VERDURAS 10 judías, patata, puerro, zanahoria, pimentón EMPANADILLAS DE ATÚN 2.7.8 CON ENSALADA hojaldre, atún, tomate, huevo cocido Fruta de temporada y pan 8 Cal 697 HC 78 Prot 20 Gr 30	JUDÍAS VERDES REHOGADAS 10 judías verdes, patata, tomate frito CINTA DE LOMO FRESCA AL HORNO 10 CON PATATAS cinta de lomo de cerdo fresca, patata, ajo, perejil, aceite Fruta de temporada y pan 8 Cal 633 HC 72 Prot 32 Gr 22	PASTA CON TOMATE SIN GLUTEN NI HUEVO HUEVOS REVUELTOS 7 CON ENSALADA huevo líquido, aceite Fruta de temporada y pan 8 Cal 667 HC 82 Prot 31 Gr 21	GARBANZOS CON ARROZ INTEGRAL 10 garbanzos, arroz integral, zanahoria, pimiento MERLUZA A LA GALLEGA 2 CON ENSALADA merluza, pimentón, aceite Fruta de temporada ó lacteo y pan 6.8 Cal 697 HC 80 Prot 38 Gr 24
14	15	16	17	18
PASTA CON TOMATE Y QUESO 6 SIN GLUTEN NI HUEVO ABADEJO AL HORNO CON ENSALADA 2 Fruta de temporada y pan 8 Cal 673 HC 79 Prot 31 Gr 79	LENTEJAS GUISADAS CON VERDURAS 10 lentejas, patata, calabaza, pimentón TORTILLA DE PATATA 7 CON ENSALADA huevo líquido, patata, aceite Fruta de temporada y pan 8 Cal 690 HC 89 Prot 24 Gr 26	PAELLA MIXTA 2.4.11 arroz, preparado de marisco, pollo, zanahoria CUARTOS DE POLLO AL HORNO CON ENSALADA cuartos de pollo, ajo, perejil, aceite Fruta de temporada y pan 8 Cal 680 HC 86 Prot 36 Gr 20	SOPA DE COCIDO 5 CON FIDEOS SIN GLUTEN NI HUEVO COMPLEMENTO DE COCIDO 10 garbanzos, chorizo, ternera, patata Fruta de temporada y pan 8 Cal 685 HC 76 Prot 33 Gr 26	CREMA DE CALABACÍN 10 calabacín, patata, aceite MERLUZA alla livornese 2.10 CON PATATAS merluza, patata, salsa de tomate, aceitunas Fruta de temporada ó lacteo y pan 6.8 Cal 654 HC 66 Prot 31 Gr 28
21	22	23	24	25
MENESTRA DE VERDURA REHOGADA 10 menestra, patata, tomate frito BACALAO A LA ANDALUZA 2.8 CON ENSALADA bacalao, harina, pan rallado, aceite Fruta de temporada y pan 8 Cal 624 HC 70 Prot 34 Gr 21	ARROZ HORTELANO arroz, menestra, tomate TORTILLA FRANCESA CON QUESO 6.7 huevo líquido, aceite, queso Fruta de temporada y pan 8 Cal 667 HC 87 Prot 21 Gr 25	GARBANZOS CON CALABAZA 10 garbanzos, patata, calabaza MERLUZA A LA BILBAINA 2,10 CON PATATA VAPOR merluza, patata, pimiento Fruta de temporada y pan 8 Cal 686 HC 70 Prot 31 Gr 30	PASTA CON TOMATE Y ATUN 2 SIN GLUTEN NI HUEVO CON ENSALADA muslos de pollo, curry, cebolla Fruta de temporada y pan 8 Cal 654 HC 63 Prot 44 Gr 23	JUDÍAS PINTAS GUISADAS 10 judías, patata, zanahoria, puerro, pimentón FILETE DE PAVO A LA JARDINERA Fruta de temporada ó lacteo y pan 6.8 Cal 678 HC 67 Prot 31 Gr 26
28	29	30		
PASTA CON VERDURAS SIN GLUTEN NI HUEVO MERLUZA EN SALSA MARINERA 2 CON ENSALADA merluza, zanahoria, cebolla, tomate frito Fruta de temporada y pan 8 Cal 662 HC 88 Prot 33 Gr 18	ALUBIAS CANELA ESTOFADAS 10 judías, patata, puerro, zanahoria, pimentón TORTILLA DE PATATA 7 CON ENSALADA huevo líquido, patata, aceite Fruta de temporada y pan 8 Cal 687 HC 82 Prot 21 Gr 25	CREMA DE VERDURAS DE LA HUERTA 5.10 zanahoria, apio, patata, aceite POLLO AL CHILINDRÓN CON PATATAS 10 pollo, patata, tomate, zanahoria Fruta de temporada y pan 8 Cal 672 HC 61 Prot 44 Gr 26		

MARIA INMACULADA- SEPTIEMBRE 2026

MENÚ SIN PROTEÍNA DE LA LECHE



7	8	9	10	11
ARROZ CON TOMATE arroz, tomate frito, cebolla FILETE DE POLLO AL AJILLO 8 CON ENSALADA filete de contramuslo, ajo, perejil, aceite Fruta de temporada y pan 8 Cal 678 HC 88 Prot 32 Gr 21	JUDÍAS BLANCAS CON VERDURAS 10 judías, patata, puerro, zanahoria, pimentón EMPANADILLAS DE ATÚN 2.7.8 CON ENSALADA hojaldre, atún, tomate, huevo cocido Fruta de temporada y pan integral 8.13 Cal 697 HC 78 Prot 20 Gr 30	JUDÍAS VERDES REHOGADAS 10 judías verdes, patata, tomate frito CINTA DE LOMO FRESCA AL HORNO 8.10 CON PATATAS cinta de lomo de cerdo fresca, patata, ajo, perejil, aceite Fruta de temporada y pan 8 Cal 633 HC 72 Prot 32 Gr 22	PASTA BOLOÑESA CON SOJA 1.7.8 pasta, soja texturizada, tomate frito HUEVOS REVUELTOS 7 CON ENSALADA huevo líquido, aceite Fruta de temporada y pan 8 Cal 667 HC 82 Prot 31 Gr 21	GARBANZOS CON ARROZ INTEGRAL 10 garbanzos, arroz integral, zanahoria, pimiento MERLUZA A LA GALLEGA 2 CON ENSALADA merluza, pimentón, aceite Fruta de temporada/postre soja y pan integral 1.8.13 Cal 697 HC 80 Prot 38 Gr 24
14	15	16	17	18
PASTA INTEGRAL CON TOMATE 7.8 ABADEJO EN SALSA MENIERE CON ENSALADA 1.2.8 abadejo, margarina, agrio limón, ajo, perejil Fruta de temporada y pan 8 Cal 673 HC 79 Prot 31 Gr 79	LENTEJAS GUISADAS CON VERDURAS 10 lentejas, patata, calabaza, pimentón TORTILLA DE PATATA 7 CON ENSALADA huevo líquido, patata, aceite Fruta de temporada y pan integral 8.13 Cal 690 HC 89 Prot 24 Gr 26	PAELLA MIXTA 2.4.11 arroz, preparado de marisco, pollo, zanahoria CUARTOS DE POLLO AL HORNO CON ENSALADA 8 cuartos de pollo, ajo, perejil, aceite Fruta de temporada y pan 8 Cal 680 HC 86 Prot 36 Gr 20	SOPA DE COCIDO CON FIDEOS 5.7.8 pasta, codillo, gallina, garbanzos COMPLEMENTO DE COCIDO 10 garbanzos, chorizo, ternera, patata Fruta de temporada y pan 8 Cal 685 HC 76 Prot 33 Gr 26	CREMA DE CALABACÍN 10 calabacín, patata, aceite MERLUZA alla livornese 2.10 CON PATATAS merluza, patata, salsa de tomate, aceitunas Fruta de temporada/postre soja y pan integral 1.8.13 Cal 654 HC 66 Prot 31 Gr 28
21	22	23	24	25
MENESTRA DE VERDURA REHOGADA 10 menestra, patata, tomate frito BACALAO A LA ANDALUZA 2.8 CON ENSALADA bacalao, harina, pan rallado, aceite Fruta de temporada y pan 8 Cal 624 HC 70 Prot 34 Gr 21	ARROZ HORTELANO arroz, menestra, tomate TORTILLA FRANCESA CON ENSALADA 7 Fruta de temporada y pan integral 8.13 Cal 667 HC 87 Prot 21 Gr 25	GARBANZOS CON CALABAZA 10 garbanzos, patata, calabaza MERLUZA A LA BILBAINA 2,10.8 CON PATATA VAPOR merluza, patata, pimiento, harina Fruta de temporada y pan 8 Cal 686 HC 70 Prot 31 Gr 30	ESPAGUETIS INTEGRALES CON TOMATE Y ATÚN 2.7.8 pasta integral, tomate frito, atún en aceite MUSLOS DE POLLO ASADO AL CURRY 3.8.10 CON ENSALADA muslos de pollo, curry, cebolla Fruta de temporada y pan 8 Cal 654 HC 63 Prot 44 Gr 23	JUDÍAS PINTAS GUISADAS 10 judías, patata, zanahoria, puerro, pimentón ALBÓNDIGAS (burger meat) MIXTAS A LA JARDINERA 1.3.8 albóndigas burger meat mixta, menestra, tomate Fruta de temporada/postre soja y pan integral 1.8.13 Cal 678 HC 67 Prot 31 Gr 26
28	29	30		
FIDEUA DE VERDURAS 7.8 pasta, menestra, tomate MERLUZA EN SALSA MARINERA 2.8 CON ENSALADA merluza, zanahoria, cebolla, tomate frito Fruta de temporada y pan 8 Cal 662 HC 88 Prot 33 Gr 18	ALUBIAS CANELA ESTOFADAS 10 judías, patata, puerro, zanahoria, pimentón TORTILLA DE PATATA 7 CON ENSALADA huevo líquido, patata, aceite Fruta de temporada y pan integral 8.13 Cal 687 HC 82 Prot 21 Gr 25	CREMA DE VERDURAS DE LA HUERTA 5.10 zanahoria, apio, patata, aceite POLLO AL CHILINDRÓN CON PATATAS 8.10 pollo, patata, tomate, zanahoria Fruta de temporada y pan 8 Cal 672 HC 61 Prot 44 Gr 26		

MARIA INMACULADA- SEPTIEMBRE 2026

MENÚ SIN TOMATE

7	8	9	10	11
ARROZ AL AJILLO	JUDÍAS BLANCAS CON VERDURAS 10	JUDÍAS VERDES REHOGADAS 10 SIN TOMATE	PASTA AL AJILLO 7.8	GARBANZOS CON ARROZ INTEGRAL 10
FILETE DE POLLO AL AJILLO 8 CON ENSALADA	MERLUZA REBOZADA CON HARINA DE MAIZ Y ENSALADA 2	CINTA DE LOMO FRESCA AL HORNO 8.10 CON PATATAS	HUEVOS REVUELTOS 7 CON ENSALADA	MERLUZA A LA GALLEGA 2 CON ENSALADA
Fruta de temporada y pan 8 Cal 678 HC 88 Prot 32 Gr 21	Fruta de temporada y pan integral 8.13 Cal 697 HC 78 Prot 20 Gr 30	Fruta de temporada y pan 8 Cal 633 HC 72 Prot 32 Gr 22	Fruta de temporada y pan 8 Cal 667 HC 82 Prot 31 Gr 21	Fruta de temporada ó lacteo y pan integral 6.8.13 Cal 697 HC 80 Prot 38 Gr 24
14	15	16	17	18
PASTA CON QUESO 6.7.8	LENTEJAS GUIADAS CON VERDURAS 10	ARROZ REHOGADO	SOPA DE COCIDO CON FIDEOS 5.7.8	CREMA DE CALABACÍN 10
ABADEJO EN SALSA MENIERE CON ENSALADA 1.2.8	TORTILLA DE PATATA 7 CON ENSALADA	CUARTOS DE POLLO AL HORNO CON ENSALADA 8	COMPLEMENTO DE COCIDO 10 garbanzos, chorizo, ternera, patata	MERLUZA AL HORNO CON PATATAS 2.10
Fruta de temporada y pan 8 Cal 673 HC 79 Prot 31 Gr 79	Fruta de temporada y pan integral 8.13 Cal 690 HC 89 Prot 24 Gr 26	Fruta de temporada y pan 8 Cal 680 HC 86 Prot 36 Gr 20	Fruta de temporada y pan 8 Cal 685 HC 76 Prot 33 Gr 26	Fruta de temporada ó lacteo y pan integral 6.8.13 Cal 654 HC 66 Prot 31 Gr 28
21	22	23	24	25
MENESTRA DE VERDURA REHOGADA 10 SIN TOMATE	ARROZ AL AJILLO	GARBANZOS CON CALABAZA 10	ESPAGUETIS REHOGADOS 7.8	JUDÍAS PINTAS GUIADAS 10
BACALAO A LA ANDALUZA 2.8 CON ENSALADA	TORTILLA FRANCESA CON QUESO 6.7	MERLUZA A LA BILBAINA 2.10.8 CON PATATA VAPOR	MUSLOS DE POLLO ASADO AL CURRY 3.8.10 CON ENSALADA	ALBÓNDIGAS (burger meat) MIXTAS A LA JARDINERA 1.3.8
Fruta de temporada y pan 8 Cal 624 HC 70 Prot 34 Gr 21	Fruta de temporada y pan integral 8.13 Cal 667 HC 87 Prot 21 Gr 25	Fruta de temporada y pan 8 Cal 686 HC 70 Prot 31 Gr 30	Fruta de temporada y pan 8 Cal 654 HC 63 Prot 44 Gr 23	Fruta de temporada ó lacteo y pan integral 6.8.13 Cal 678 HC 67 Prot 31 Gr 26
28	29	30		
PASTA CON VERDURAS 7.8 SIN TOMATE	ALUBIAS CANELA ESTOFADAS 10	CREMA DE VERDURAS DE LA HUERTA 5.10	             	
MERLUZA AL HORNO 2 CON ENSALADA	TORTILLA DE PATATA 7 CON ENSALADA	FILETE DE POLLO EN SU JUGO CON PATATAS 10		
Fruta de temporada y pan 8 Cal 662 HC 88 Prot 33 Gr 18	Fruta de temporada y pan integral 8.13 Cal 687 HC 82 Prot 21 Gr 25	Fruta de temporada y pan 8 Cal 672 HC 61 Prot 44 Gr 26		




MARIA INMACULADA- SEPTIEMBRE 2026

MENÚ SIN CHORIZO



7	8	9	10	11
ARROZ CON TOMATE arroz, tomate frito, cebolla FILETE DE POLLO AL AJILLO 8 CON ENSALADA filete de contramuslo, ajo, perejil, aceite Fruta de temporada y pan 8 Cal 678 HC 88 Prot 32 Gr 21	JUDÍAS BLANCAS CON VERDURAS 10 judías, patata, puerro, zanahoria, pimentón EMPANADILLAS DE ATÚN 2.7.8 CON ENSALADA hojaldre, atún, tomate, huevo cocido Fruta de temporada y pan integral 8.13 Cal 697 HC 78 Prot 20 Gr 30	JUDÍAS VERDES REHOGADAS 10 judías verdes, patata, tomate frito CINTA DE LOMO FRESCA AL HORNO 8.10 CON PATATAS cinta de lomo de cerdo fresca, patata, ajo, perejil, aceite Fruta de temporada y pan 8 Cal 633 HC 72 Prot 32 Gr 22	PASTA BOLOÑESA CON SOJA 1.7.8 pasta, soja texturizada, tomate frito HUEVOS REVUELTOS 7 CON ENSALADA huevo líquido, aceite Fruta de temporada y pan 8 Cal 667 HC 82 Prot 31 Gr 21	GARBANZOS CON ARROZ INTEGRAL 10 garbanzos, arroz integral, zanahoria, pimiento MERLUZA A LA GALLEGA 2 CON ENSALADA merluza, pimentón, aceite Fruta de temporada ó lacteo y pan integral 6.8.13 Cal 697 HC 80 Prot 38 Gr 24
14	15	16	17	18
PASTA INTEGRAL C/TOMATE Y QUESO 6.7.8 pasta integral, tomate frito, queso rallado ABADEJO EN SALSA MENIERE CON ENSALADA 1.2.8 abadejo, margarina, agrio limón, ajo, perejil Fruta de temporada y pan 8 Cal 673 HC 79 Prot 31 Gr 79	LENTEJAS GUISADAS CON VERDURAS 10 lentejas, patata, calabaza, pimentón TORTILLA DE PATATA 7 CON ENSALADA huevo líquido, patata, aceite Fruta de temporada y pan integral 8.13 Cal 690 HC 89 Prot 24 Gr 26	PAELLA MIXTA 2.4.11 arroz, preparado de marisco, pollo, zanahoria CUARTOS DE POLLO AL HORNO CON ENSALADA 8 cuartos de pollo, ajo, perejil, aceite Fruta de temporada y pan 8 Cal 680 HC 86 Prot 36 Gr 20	SOPA DE AVE CON FIDEOS 5.7.8 COMPLEMENTO DE COCIDO 10 garbanzos, ternera, patata Fruta de temporada y pan 8 Cal 685 HC 76 Prot 33 Gr 26	CREMA DE CALABACÍN 10 calabacín, patata, aceite MERLUZA alla livornese 2.10 CON PATATAS merluza, patata, salsa de tomate, aceitunas Fruta de temporada ó lacteo y pan integral 6.8.13 Cal 654 HC 66 Prot 31 Gr 28
21	22	23	24	25
MENESTRA DE VERDURA REHOGADA 10 menestra, patata, tomate frito BACALAO A LA ANDALUZA 2.8 CON ENSALADA bacalao, harina, pan rallado, aceite Fruta de temporada y pan 8 Cal 624 HC 70 Prot 34 Gr 21	ARROZ HORTELANO arroz, menestra, tomate TORTILLA FRANCESA CON QUESO 6.7 huevo líquido, aceite, queso Fruta de temporada y pan integral 8.13 Cal 667 HC 87 Prot 21 Gr 25	GARBANZOS CON CALABAZA 10 garbanzos, patata, calabaza MERLUZA A LA BILBAINA 2,10.8 CON PATATA VAPOR merluza, patata, pimiento, harina Fruta de temporada y pan 8 Cal 686 HC 70 Prot 31 Gr 30	ESPAGUETIS INTEGRALES CON TOMATE Y ATÚN 2.7.8 pasta integral, tomate frito, atun en aceite MUSLOS DE POLLO ASADO AL CURRY 3.8.10 CON ENSALADA muslos de pollo, curry, cebolla Fruta de temporada y pan 8 Cal 654 HC 63 Prot 44 Gr 23	JUDÍAS PINTAS GUISADAS 10 judías, patata, zanahoria, puerro, pimentón ALBÓNDIGAS (burger meat) MIXTAS A LA JARDINERA 1.3.8 albóndigas burger meat mixta, menestra, tomate Fruta de temporada ó lacteo y pan integral 6.8.13 Cal 678 HC 67 Prot 31 Gr 26
28	29	30		
FIDEUA DE VERDURAS 7.8 pasta, menestra, tomate MERLUZA EN SALSA MARINERA 2.8 CON ENSALADA merluza, zanahoria, cebolla, tomate frito Fruta de temporada y pan 8 Cal 662 HC 88 Prot 33 Gr 18	ALUBIAS CANELA ESTOFADAS 10 judías, patata, puerro, zanahoria, pimentón TORTILLA DE PATATA 7 CON ENSALADA huevo líquido, patata, aceite Fruta de temporada y pan integral 8.13 Cal 687 HC 82 Prot 21 Gr 25	CREMA DE VERDURAS DE LA HUERTA 5.10 zanahoria, apio, patata, aceite POLLO AL CHILINDRÓN CON PATATAS 8.10 pollo, patata, tomate, zanahoria Fruta de temporada y pan 8 Cal 672 HC 61 Prot 44 Gr 26		

MARIA INMACULADA- SEPTIEMBRE 2026



MENÚ SIN MELON

7	8	9	10	11
ARROZ CON TOMATE arroz, tomate frito, cebolla FILETE DE POLLO AL AJILLO 8 CON ENSALADA filete de contramuslo, ajo, perejil, aceite Fruta de temporada y pan 8 Cal 678 HC 88 Prot 32 Gr 21	JUDÍAS BLANCAS CON VERDURAS 10 judías, patata, puerro, zanahoria, pimentón EMPANADILLAS DE ATÚN 2.7.8 CON ENSALADA hojaldre, atún, tomate, huevo cocido Fruta de temporada y pan integral 8.13 Cal 697 HC 78 Prot 20 Gr 30	JUDÍAS VERDES REHOGADAS 10 judías verdes, patata, tomate frito CINTA DE LOMO FRESCA AL HORNO 8.10 CON PATATAS cinta de lomo de cerdo fresca, patata, ajo, perejil, aceite Fruta de temporada y pan 8 Cal 633 HC 72 Prot 32 Gr 22	PASTA BOLOÑESA CON SOJA 1.7.8 pasta, soja texturizada, tomate frito HUEVOS REVUELTOS 7 CON ENSALADA huevo líquido, aceite Fruta de temporada y pan 8 Cal 667 HC 82 Prot 31 Gr 21	GARBANZOS CON ARROZ INTEGRAL 10 garbanzos, arroz integral, zanahoria, pimiento MERLUZA A LA GALLEGA 2 CON ENSALADA merluza, pimentón, aceite Fruta de temporada ó lacteo y pan integral 6.8.13 Cal 697 HC 80 Prot 38 Gr 24
14	15	16	17	18
PASTA INTEGRAL C/TOMATE Y QUESO 6.7.8 pasta integral, tomate frito, queso rallado ABADEJO EN SALSA MENIERE CON ENSALADA 1.2.8 abadejo, margarina, agrio limón, ajo, perejil Fruta de temporada y pan 8 Cal 673 HC 79 Prot 31 Gr 79	LENTEJAS GUISADAS CON VERDURAS 10 lentejas, patata, calabaza, pimentón TORTILLA DE PATATA 7 CON ENSALADA huevo líquido, patata, aceite Fruta de temporada y pan integral 8.13 Cal 690 HC 89 Prot 24 Gr 26	PAELLA MIXTA 2.4.11 arroz, preparado de marisco, pollo, zanahoria CUARTOS DE POLLO AL HORNO CON ENSALADA 8 cuartos de pollo, ajo, perejil, aceite Fruta de temporada y pan 8 Cal 680 HC 86 Prot 36 Gr 20	SOPA DE COCIDO CON FIDEOS 5.7.8 pasta, codillo, gallina, garbanzos COMPLEMENTO DE COCIDO 10 garbanzos, chorizo, ternera, patata Fruta de temporada y pan 8 Cal 685 HC 76 Prot 33 Gr 26	CREMA DE CALABACÍN 10 calabacín, patata, aceite MERLUZA alla livornese 2.10 CON PATATAS merluza, patata, salsa de tomate, aceitunas Fruta de temporada ó lacteo y pan integral 6.8.13 Cal 654 HC 66 Prot 31 Gr 28
21	22	23	24	25
MENESTRA DE VERDURA REHOGADA 10 menestra, patata, tomate frito BACALAO A LA ANDALUZA 2.8 CON ENSALADA bacalao, harina, pan rallado, aceite Fruta de temporada y pan 8 Cal 624 HC 70 Prot 34 Gr 21	ARROZ HORTELANO arroz, menestra, tomate TORTILLA FRANCESA CON QUESO 6.7 huevo líquido, aceite, queso Fruta de temporada y pan integral 8.13 Cal 667 HC 87 Prot 21 Gr 25	GARBANZOS CON CALABAZA 10 garbanzos, patata, calabaza MERLUZA A LA BILBAINA 2,10.8 CON PATATA VAPOR merluza, patata, pimiento, harina Fruta de temporada y pan 8 Cal 686 HC 70 Prot 31 Gr 30	ESPAGUETIS INTEGRALES CON TOMATE Y ATÚN 2.7.8 pasta integral, tomate frito, atun en aceite MUSLOS DE POLLO ASADO AL CURRY 3.8.10 CON ENSALADA muslos de pollo, curry, cebolla Fruta de temporada y pan 8 Cal 654 HC 63 Prot 44 Gr 23	JUDÍAS PINTAS GUISADAS 10 judías, patata, zanahoria, puerro, pimentón ALBÓNDIGAS (burger meat) MIXTAS A LA JARDINERA 1.3.8 albóndigas burger meat mixta, menestra, tomate Fruta de temporada ó lacteo y pan integral 6.8.13 Cal 678 HC 67 Prot 31 Gr 26
28	29	30		
FIDEUA DE VERDURAS 7.8 pasta, menestra, tomate MERLUZA EN SALSA MARINERA 2.8 CON ENSALADA merluza, zanahoria, cebolla, tomate frito Fruta de temporada y pan 8 Cal 662 HC 88 Prot 33 Gr 18	ALUBIAS CANELA ESTOFADAS 10 judías, patata, puerro, zanahoria, pimentón TORTILLA DE PATATA 7 CON ENSALADA huevo líquido, patata, aceite Fruta de temporada y pan integral 8.13 Cal 687 HC 82 Prot 21 Gr 25	CREMA DE VERDURAS DE LA HUERTA 5.10 zanahoria, apio, patata, aceite POLLO AL CHILINDRÓN CON PATATAS 8.10 pollo, patata, tomate, zanahoria Fruta de temporada y pan 8 Cal 672 HC 61 Prot 44 Gr 26		

MARIA INMACULADA- SEPTIEMBRE 2026



MENÚ SIN PLATANO

7	8	9	10	11
ARROZ CON TOMATE arroz, tomate frito, cebolla FILETE DE POLLO AL AJILLO 8 CON ENSALADA filete de contramuslo, ajo, perejil, aceite Fruta de temporada y pan 8 Cal 678 HC 88 Prot 32 Gr 21	JUDÍAS BLANCAS CON VERDURAS 10 judías, patata, puerro, zanahoria, pimentón EMPANADILLAS DE ATÚN 2.7.8 CON ENSALADA hojaldre, atún, tomate, huevo cocido Fruta de temporada y pan integral 8.13 Cal 697 HC 78 Prot 20 Gr 30	JUDÍAS VERDES REHOGADAS 10 judías verdes, patata, tomate frito CINTA DE LOMO FRESCA AL HORNO 8.10 CON PATATAS cinta de lomo de cerdo fresca, patata, ajo, perejil, aceite Fruta de temporada y pan 8 Cal 633 HC 72 Prot 32 Gr 22	PASTA BOLOÑESA CON SOJA 1.7.8 pasta, soja texturizada, tomate frito HUEVOS REVUELTOS 7 CON ENSALADA huevo líquido, aceite Fruta de temporada y pan 8 Cal 667 HC 82 Prot 31 Gr 21	GARBANZOS CON ARROZ INTEGRAL 10 garbanzos, arroz integral, zanahoria, pimiento MERLUZA A LA GALLEGA 2 CON ENSALADA merluza, pimentón, aceite Fruta de temporada ó lacteo y pan integral 6.8.13 Cal 697 HC 80 Prot 38 Gr 24
14	15	16	17	18
PASTA INTEGRAL C/TOMATE Y QUESO 6.7.8 pasta integral, tomate frito, queso rallado ABADEJO EN SALSA MENIERE CON ENSALADA 1.2.8 abadejo, margarina, agrio limón, ajo, perejil Fruta de temporada y pan 8 Cal 673 HC 79 Prot 31 Gr 79	LENTEJAS GUISADAS CON VERDURAS 10 lentejas, patata, calabaza, pimentón TORTILLA DE PATATA 7 CON ENSALADA huevo líquido, patata, aceite Fruta de temporada y pan integral 8.13 Cal 690 HC 89 Prot 24 Gr 26	PAELLA MIXTA 2.4.11 arroz, preparado de marisco, pollo, zanahoria CUARTOS DE POLLO AL HORNO CON ENSALADA 8 cuartos de pollo, ajo, perejil, aceite Fruta de temporada y pan 8 Cal 680 HC 86 Prot 36 Gr 20	SOPA DE COCIDO CON FIDEOS 5.7.8 pasta, codillo, gallina, garbanzos COMPLEMENTO DE COCIDO 10 garbanzos, chorizo, ternera, patata Fruta de temporada y pan 8 Cal 685 HC 76 Prot 33 Gr 26	CREMA DE CALABACÍN 10 calabacín, patata, aceite MERLUZA alla livornese 2.10 CON PATATAS merluza, patata, salsa de tomate, aceitunas Fruta de temporada ó lacteo y pan integral 6.8.13 Cal 654 HC 66 Prot 31 Gr 28
21	22	23	24	25
MENESTRA DE VERDURA REHOGADA 10 menestra, patata, tomate frito BACALAO A LA ANDALUZA 2.8 CON ENSALADA bacalao, harina, pan rallado, aceite Fruta de temporada y pan 8 Cal 624 HC 70 Prot 34 Gr 21	ARROZ HORTELANO arroz, menestra, tomate TORTILLA FRANCESA CON QUESO 6.7 huevo líquido, aceite, queso Fruta de temporada y pan integral 8.13 Cal 667 HC 87 Prot 21 Gr 25	GARBANZOS CON CALABAZA 10 garbanzos, patata, calabaza MERLUZA A LA BILBAINA 2,10.8 CON PATATA VAPOR merluza, patata, pimiento, harina Fruta de temporada y pan 8 Cal 686 HC 70 Prot 31 Gr 30	ESPAGUETIS INTEGRALES CON TOMATE Y ATÚN 2.7.8 pasta integral, tomate frito, atun en aceite MUSLOS DE POLLO ASADO AL CURRY 3.8.10 CON ENSALADA muslos de pollo, curry, cebolla Fruta de temporada y pan 8 Cal 654 HC 63 Prot 44 Gr 23	JUDÍAS PINTAS GUISADAS 10 judías, patata, zanahoria, puerro, pimentón ALBÓNDIGAS (burger meat) MIXTAS A LA JARDINERA 1.3.8 albóndigas burger meat mixta, menestra, tomate Fruta de temporada ó lacteo y pan integral 6.8.13 Cal 678 HC 67 Prot 31 Gr 26
28	29	30		
FIDEUA DE VERDURAS 7.8 pasta, menestra, tomate MERLUZA EN SALSA MARINERA 2.8 CON ENSALADA merluza, zanahoria, cebolla, tomate frito Fruta de temporada y pan 8 Cal 662 HC 88 Prot 33 Gr 18	ALUBIAS CANELA ESTOFADAS 10 judías, patata, puerro, zanahoria, pimentón TORTILLA DE PATATA 7 CON ENSALADA huevo líquido, patata, aceite Fruta de temporada y pan integral 8.13 Cal 687 HC 82 Prot 21 Gr 25	CREMA DE VERDURAS DE LA HUERTA 5.10 zanahoria, apio, patata, aceite POLLO AL CHILINDRÓN CON PATATAS 8.10 pollo, patata, tomate, zanahoria Fruta de temporada y pan 8 Cal 672 HC 61 Prot 44 Gr 26		

MARIA INMACULADA- SEPTIEMBRE 2026



MENÚ SIN BERENJENA

7	8	9	10	11
ARROZ CON TOMATE arroz, tomate frito, cebolla FILETE DE POLLO AL AJILLO 8 CON ENSALADA filete de contramuslo, ajo, perejil, aceite Fruta de temporada y pan 8 Cal 678 HC 88 Prot 32 Gr 21	JUDÍAS BLANCAS CON VERDURAS 10 judías, patata, puerro, zanahoria, pimentón EMPANADILLAS DE ATÚN 2.7.8 CON ENSALADA hojaldre, atún, tomate, huevo cocido Fruta de temporada y pan integral 8.13 Cal 697 HC 78 Prot 20 Gr 30	JUDÍAS VERDES REHOGADAS 10 judías verdes, patata, tomate frito CINTA DE LOMO FRESCA AL HORNO 8.10 CON PATATAS cinta de lomo de cerdo fresca, patata, ajo, perejil, aceite Fruta de temporada y pan 8 Cal 633 HC 72 Prot 32 Gr 22	PASTA BOLOÑESA CON SOJA 1.7.8 pasta, soja texturizada, tomate frito HUEVOS REVUELTOS 7 CON ENSALADA huevo líquido, aceite Fruta de temporada y pan 8 Cal 667 HC 82 Prot 31 Gr 21	GARBANZOS CON ARROZ INTEGRAL 10 garbanzos, arroz integral, zanahoria, pimiento MERLUZA A LA GALLEGA 2 CON ENSALADA merluza, pimentón, aceite Fruta de temporada ó lacteo y pan integral 6.8.13 Cal 697 HC 80 Prot 38 Gr 24
14	15	16	17	18
PASTA INTEGRAL C/TOMATE Y QUESO 6.7.8 pasta integral, tomate frito, queso rallado ABADEJO EN SALSA MENIERE CON ENSALADA 1.2.8 abadejo, margarina, agrio limón, ajo, perejil Fruta de temporada y pan 8 Cal 673 HC 79 Prot 31 Gr 79	LENTEJAS GUISADAS CON VERDURAS 10 lentejas, patata, calabaza, pimentón TORTILLA DE PATATA 7 CON ENSALADA huevo líquido, patata, aceite Fruta de temporada y pan integral 8.13 Cal 690 HC 89 Prot 24 Gr 26	PAELLA MIXTA 2.4.11 arroz, preparado de marisco, pollo, zanahoria CUARTOS DE POLLO AL HORNO CON ENSALADA 8 cuartos de pollo, ajo, perejil, aceite Fruta de temporada y pan 8 Cal 680 HC 86 Prot 36 Gr 20	SOPA DE COCIDO CON FIDEOS 5.7.8 pasta, codillo, gallina, garbanzos COMPLEMENTO DE COCIDO 10 garbanzos, chorizo, ternera, patata Fruta de temporada y pan 8 Cal 685 HC 76 Prot 33 Gr 26	CREMA DE CALABACÍN 10 calabacín, patata, aceite MERLUZA alla livornese 2.10 CON PATATAS merluza, patata, salsa de tomate, aceitunas Fruta de temporada ó lacteo y pan integral 6.8.13 Cal 654 HC 66 Prot 31 Gr 28
21	22	23	24	25
MENESTRA DE VERDURA REHOGADA 10 menestra, patata, tomate frito BACALAO A LA ANDALUZA 2.8 CON ENSALADA bacalao, harina, pan rallado, aceite Fruta de temporada y pan 8 Cal 624 HC 70 Prot 34 Gr 21	ARROZ HORTELANO arroz, menestra, tomate TORTILLA FRANCESA CON QUESO 6.7 huevo líquido, aceite, queso Fruta de temporada y pan integral 8.13 Cal 667 HC 87 Prot 21 Gr 25	GARBANZOS CON CALABAZA 10 garbanzos, patata, calabaza MERLUZA A LA BILBAINA 2,10.8 CON PATATA VAPOR merluza, patata, pimiento, harina Fruta de temporada y pan 8 Cal 686 HC 70 Prot 31 Gr 30	ESPAGUETIS INTEGRALES CON TOMATE Y ATÚN 2.7.8 pasta integral, tomate frito, atun en aceite MUSLOS DE POLLO ASADO AL CURRY 3.8.10 CON ENSALADA muslos de pollo, curry, cebolla Fruta de temporada y pan 8 Cal 654 HC 63 Prot 44 Gr 23	JUDÍAS PINTAS GUISADAS 10 judías, patata, zanahoria, puerro, pimentón ALBÓNDIGAS (burger meat) MIXTAS A LA JARDINERA 1.3.8 albóndigas burger meat mixta, menestra, tomate Fruta de temporada ó lacteo y pan integral 6.8.13 Cal 678 HC 67 Prot 31 Gr 26
28	29	30		
FIDEUA DE VERDURAS 7.8 pasta, menestra, tomate MERLUZA EN SALSA MARINERA 2.8 CON ENSALADA merluza, zanahoria, cebolla, tomate frito Fruta de temporada y pan 8 Cal 662 HC 88 Prot 33 Gr 18	ALUBIAS CANELA ESTOFADAS 10 judías, patata, puerro, zanahoria, pimentón TORTILLA DE PATATA 7 CON ENSALADA huevo líquido, patata, aceite Fruta de temporada y pan integral 8.13 Cal 687 HC 82 Prot 21 Gr 25	CREMA DE VERDURAS DE LA HUERTA 5.10 zanahoria, apio, patata, aceite POLLO AL CHILINDRÓN CON PATATAS 8.10 pollo, patata, tomate, zanahoria Fruta de temporada y pan 8 Cal 672 HC 61 Prot 44 Gr 26		

MARIA INMACULADA- SEPTIEMBRE 2026

MENÚ RICO EN FIBRA

7	8	9	10	11
VERDURA REHOGADA 10	JUDÍAS BLANCAS CON VERDURAS 10	JUDÍAS VERDES REHOGADAS 10	VERDURA REHOGADA 10	GARBANZOS CON ARROZ INTEGRAL 10
FILETE DE POLLO AL AJILLO 8	judías, patata, puerro, zanahoria, pimentón	judías verdes, patata, tomate frito		garbanzos, arroz integral, zanahoria, pimiento
CON ENSALADA	EMPANADILLAS DE ATÚN 2.7.8	CINTA DE LOMO FRESCA AL HORNO 8.10	HUEVOS REVUELTOS 7	MERLUZA A LA GALLEGA 2
filete de contramuslo, ajo, perejil, aceite	CON ENSALADA	CON PATATAS	CON ENSALADA	CON ENSALADA
Fruta de temporada y pan 8	hojaldre, atún, tomate, huevo cocido	cinta de lomo de cerdo fresco, patata, ajo, perejil, aceite	huevo líquido, aceite	merluza, pimentón, aceite
Cal 678 HC 88 Prot 32 Gr 21	Fruta de temporada y pan integral 8.13	Fruta de temporada y pan 8	Fruta de temporada y pan 8	Fruta de temporada ó lacteo y pan integral 6.8.13
	Cal 697 HC 78 Prot 20 Gr 30	Cal 633 HC 72 Prot 32 Gr 22	Cal 667 HC 82 Prot 31 Gr 21	Cal 697 HC 80 Prot 38 Gr 24
14	15	16	17	18
VERDURA REHOGADA 10	LENTEJAS GUIADAS CON VERDURAS 10	VERDURA REHOGADA 10	SOPA DE COCIDO CON FIDEOS 5.7.8	CREMA DE CALABACÍN 10
	lentejas, patata, calabaza, pimentón		pasta, codillo, gallina, garbanzos	calabacín, patata, aceite
ABADEJO EN SALSA MENIERE	TORTILLA DE PATATA 7	CUARTOS DE POLLO AL HORNO	COMPLEMENTO DE COCIDO 10	MERLUZA alla livornese 2.10
CON ENSALADA 1.2.8	CON ENSALADA	CON ENSALADA 8	garbanzos, chorizo, ternera, patata	CON PATATAS
abadejo, margarina, agrio limón, ajo, perejil	huevo líquido, patata, aceite	cuartos de pollo, ajo, perejil, aceite		merluza, patata, salsa de tomate, aceitunas
Fruta de temporada y pan 8	Fruta de temporada y pan integral 8.13	Fruta de temporada y pan 8	Fruta de temporada y pan 8	Fruta de temporada ó lacteo y pan integral 6.8.13
Cal 673 HC 79 Prot 31 Gr 79	Cal 690 HC 89 Prot 24 Gr 26	Cal 680 HC 86 Prot 36 Gr 20	Cal 685 HC 76 Prot 33 Gr 26	Cal 654 HC 66 Prot 31 Gr 28
21	22	23	24	25
MENESTRA DE VERDURA REHOGADA 10	VERDURA REHOGADA 10	GARBANZOS CON CALABAZA 10	VERDURA REHOGADA 10	JUDÍAS PINTAS GUIADAS 10
menestra, patata, tomate frito		garbanzos, patata, calabaza		judías, patata, zanahoria, puerro, pimentón
BACALAO A LA ANDALUZA 2.8	TORTILLA FRANCESA	MERLUZA A LA BILBAINA 2.10.8	MUSLOS DE POLLO ASADO AL CURRY 3.8.10	ALBÓNDIGAS (burger meat) MIXTAS
CON ENSALADA	CON QUESO 6.7	CON PATATA VAPOR	CON ENSALADA	A LA JARDINERA 1.3.8
bacalao, harina, pan rallado, aceite	huevo líquido, aceite, queso	merluza, patata, pimiento, harina	muslos de pollo, curry, cebolla	albóndigas burger meat mixta, menestra, tomate
Fruta de temporada y pan 8	Fruta de temporada y pan integral 8.13	Fruta de temporada y pan 8	Fruta de temporada y pan 8	Fruta de temporada ó lacteo y pan integral 6.8.13
Cal 624 HC 70 Prot 34 Gr 21	Cal 667 HC 87 Prot 21 Gr 25	Cal 686 HC 70 Prot 31 Gr 30	Cal 654 HC 63 Prot 44 Gr 23	Cal 678 HC 67 Prot 31 Gr 26
28	29	30		
VERDURA REHOGADA 10	ALUBIAS CANELA ESTOFADAS 10	CREMA DE VERDURAS DE LA HUERTA 5.10		
	judías, patata, puerro, zanahoria, pimentón	zanahoria, apio, patata, aceite		
MERLUZA EN SALSA MARINERA 2.8	TORTILLA DE PATATA 7	POLLO AL CHILINDRÓN		
CON ENSALADA	CON ENSALADA	CON PATATAS 8.10		
merluza, zanahoria, cebolla, tomate frito	huevo líquido, patata, aceite	pollo, patata, tomate, zanahoria		
Fruta de temporada y pan 8	Fruta de temporada y pan integral 8.13	Fruta de temporada y pan 8		
Cal 662 HC 88 Prot 33 Gr 18	Cal 687 HC 82 Prot 21 Gr 25	Cal 672 HC 61 Prot 44 Gr 26		



Valoración nutricional para una franja etaria de 6 a 10 años

Servicios integrales para colectividades S.L. Esther Martínez MAD01724

¿QUÉ CENAMOS HOY?

SI HEMOS COMIDO.....

PRIMEROS PLATOS

PASTA O ARROZ
VERDURAS
LEGUMBRES

SEGUNDOS PLATOS

PESCADO
CARNE
HUEVOS
LEGUMBRES

DEBEMOS CENAR.....

PRIMEROS

VERDURAS	
PASTA O ARROZ	LEGUMBRES
VERDURAS	PASTA O ARROZ

SEGUNDOS PLATOS

CARNE	HUEVO
PESCADO	HUEVO
CARNE	PESCADO
VERDURAS/PASTA/ARROZ	HUEVO

A la hora de elegir la cena tener en cuenta las raciones recomendadas así como las posibles alergias e intolerancias

IDEAS DE CENAS



Hamburguesas de pescado con patatas y zanahoria al horno

Crema de verduras y tacos de pollo y aguacate

Wok de fideos, brócoli y tofu marinado

Patatas rellenas de atún, maíz y salsa de yogur griego

Revuelto de huevo con bacalao desmigado y ensalada

Crema de calabaza con huevo poché