



# MENÚ MAYO 2026



Todos aquellos alumnos que estén en el tránsito de tomar alimentos enteros, tomarán de primero el menú con proteína correspondiente al menú de 0-1 años hasta que completen el proceso a menú completo de alimento entero

	Lunes 4	Martes 5	Miércoles 6	Jueves 7	Viernes 8
<b>Comida</b>	Arroz a la milanesa (C) Merluza al horno (H)(11) Verdura cocida (C) Pan int (4.13.10.12) - Fruta de temporada	Lentejas guisadas (C)(4) Tortilla francesa (S)(7) Verdura salteadas (S) Pan (4.13.10) - Fruta de temporada	Espirales int con tomate (C)(4,7,10,13) Cinta de lomo (H) Ensalada de lechuga y zanahoria (Cr) Pan int (4.13.10.12) - Fruta de temporada	Sopa de cocido (C)(4) Cocido completo (C)(4) Pan (4.13.10) - Yogur (8)	Crema de calabaza, patata y judías verdes (C) Contramuslos de pollo (H) Patatas y verduras salteadas (S) Pan (4.13.10) - Fruta de temporada
<b>Val. Nutricional</b>	Kcal 328 Lip 44 H.d.c. 17 Prot 9	Kcal 489 Lip 52 H.d.c. 23 Prot 20	Kcal 431 Lip 40 H.d.c. 18 Prot 22	Kcal 533 Lip 58 H.d.c. 29 Prot 21	Kcal 410 Lip 41 H.d.c. 15 Prot 20
<b>Recomendación Cena</b>	Pavo con verduras salteadas	Pollo con patatas y verdura	Puré y tortilla francesa con ensalada	Sopa y pescado con verduras	Magro con verduras
	11	12	13	14	15
<b>Comida</b>	Arroz blanco (C) Merluza al horno (H)(11) Verdura cocida (C) Pan int (4.13.10.12) - Fruta de temporada	Macarrones int a la napolitana (C)(4,7,10,13) Huevos revueltos (S)(7) Ensalada verde (Cr) Pan (4.13.10) - Fruta de temporada	Lentejas estofadas (C)(4) Pescado blanco al horno (H)(11) Verdura salteada (S) Pan int (4.13.10.12) - Fruta de temporada Eco	Sopa de pescado (C)(11) Pavo en salsa con verduras (C)(4) Pan (4.13.10) - Yogur (8)	<b>FESTIVO</b>
<b>Val. Nutricional</b>	Kcal 292 Lip 42 H.d.c. 12 Prot 8	Kcal 349 Lip 45 H.d.c. 12 Prot 13	Kcal 683 Lip 52 H.d.c. 26 Prot 40	Kcal 430 Lip 30 H.d.c. 22 Prot 24	
<b>Recomendación Cena</b>	Pollo con verduras	Sopa y pescado con verduras	Crema y pollo con patatas	Magro con ensalada	
	18	19	20	21	22
<b>Comida</b>	Crema de judías verdes, puerro y patata (C.) Merluza al horno (H)(11) Patatas al vapor (V) Pan int (4.13.10.12) - Fruta de temporada	Pasta int con salsa de tomate (C)(4,7,10,13) Pavo en salsa (C)(4) Verdura cocida (C) Pan (4.13.10) - Fruta de temporada	Crema de calabacín (C) Tortilla de patatas (H)(7) Verduras salteadas (S) Pan int (4.13.10.12) - Fruta de temporada	Sopa de cocido (C)(4) Cocido completo (C)(4) Pan (4.13.10) - Yogur (8)	Arroz con verduras (C) Lomo a la plancha (P) Ensalada de lechuga y zanahoria (Cr) Pan (4.13.10) - Fruta de temporada
<b>Val. Nutricional</b>	Kcal 323 Lip 39 H.d.c. 17 Prot 11	Kcal 403 Lip 45 H.d.c. 16 Prot 17	Kcal 387 Lip 42 H.d.c. 13 Prot 17	Kcal 533 Lip 58 H.d.c. 29 Prot 21	Kcal 450 Lip 67 H.d.c. 17 Prot 23
<b>Recomendación Cena</b>	Pollo con menestra de verduras	Sopa y pescado con verduras	Ternera con ensalada	Pavo con verdura salteada	Tortilla de verduras
	25	26	27	28	29
<b>Comida</b>	Macarrones int. a la napolitana (C)(4,7,10,13) Merluza al horno (H)(11) Verdura salteada (S) Pan int (4.13.10.12) - Fruta de temporada	Lentejas estofadas (C)(4) Tortilla francesa (S)(7) Verdura cocida (C) Pan (4.13.10) - Fruta de temporada	Crema de calabaza (C) Ragout de ternera en salsa (C)(4) Patatas y verduras salteadas (S) Pan int (4.13.10.12) - Fruta de temporada Eco	Arroz con verduras (C) Pechuga de pollo gratinada (H)(8) Ensalada mixta (Cr) Pan (4.13.10) - Yogur (8)	Garbanzos guisados con verduras (C) Pescado blanco al horno (H)(11) Verdura cocida (C) Pan (4.13.10) - Fruta de temporada
<b>Val. Nutricional</b>	Kcal 345 Lip 45 H.d.c. 15 Prot 11	Kcal 490 Lip 43 H.d.c. 19 Prot 26	Kcal 440 Lip 44 H.d.c. 24 Prot 18	Kcal 612 Lip 65 H.d.c. 27 Prot 26	Kcal 446 Lip 442 H.d.c. 19 Prot 21
<b>Recomendación Cena</b>	Crema y lomo con verduras	Pollo con patatas y verduras	Tortilla de verduras	Sopa y pescado con verduras	Pavo con patatas

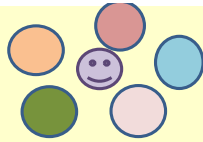
Menú Revisado y Valorado nutricionalmente por la empresa: **Vitamina Consultoría Nutricional - NUTRICIONISTA NAYA IBAÑEZ - NºDE COLEGIADO IC-00047. Por mas información [www.vitaminaconsultoria.com](http://www.vitaminaconsultoria.com)**

El menú irá acompañado por agua y pan blanco o integral. Utilizamos alimentos de cercanía y temporada. Excepcionalmente el menú podrá sufrir leves variaciones por disponibilidad del mercado, ausencia del personal u otros motivos

Alérgenos: 1-Altramuces / 2-Apio / 3-Cacahuete / 4-Gluten / 5-Crustáceos / 6-Frutos Secos / 7-Huevo / 8-Leche / 9-Moluscos / 10-Mostaza / 11-Pescado / 12-Sésamo / 13-Soja / 14-Sulfitos

Forma de preparación: A - Asado / C - Cocido / Cr - Crudo / F - Frito / G - Guisado / H - Horno / P - plancha / R - Rehogado / S - Salteado / V - Vapor





# MENÚ MAYO 2026

Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes
<b>Desayunos</b>				
<i>Papilla de cereales (8)</i>	<i>Papilla de cereales (8)</i>	<i>Papilla de cereales (8)</i>	<i>Papilla de cereales (8)</i>	<i>Papilla de cereales (8)</i>
<b>Meriendas</b>				
<i>Papilla de fruta Queso fresco (8)</i>	<i>Papilla de yogur natural (8) y plátano Jamón de York</i>	<i>Papilla de fruta Queso fresco (8)</i>	<i>Papilla de yogur natural (8) y plátano Pavo</i>	<i>Papilla de fruta Queso fresco (8) </i>
<b>Dieta Astringente</b>				
<i>Puré de verduras con pescado (C.)(11) Compota de manzana o pera</i>	<i>Puré de verduras con pollo (C.) Compota de manzana o pera</i>	<i>Puré de verduras con pescado (C.)(11) Compota de manzana o pera</i>	<i>Puré de verduras con ternera (C.) Compota de manzana o pera</i>	<i>Puré de verduras con pollo (C.) Compota de manzana o pera</i>
<b>Dieta Blanda</b>				
<i>Puré de verduras con pescado (C.)(11) Yogur (8) o Fruta molida (no cítrica)</i>	<i>Puré de verduras con pollo (C.) Yogur (8) o Fruta molida (no cítrica)</i>	<i>Puré de verduras con pescado (C.)(11) Yogur (8) o Fruta molida (no cítrica)</i>	<i>Puré de verduras con ternera (C.) Yogur (8) o Fruta molida (no cítrica)</i>	<i>Puré de verduras con pollo (C.) Yogur (8) o Fruta molida (no cítrica)</i>

Menú Revisado y Valorado nutricionalmente por la empresa: **Vitamina Consultoría Nutricional - NUTRICIONISTA NAYA IBAÑEZ - NºDE COLEGIADO IC-00047. Por mas información [www.vitaminaconsultoria.com](http://www.vitaminaconsultoria.com)**  
El menú irá acompañado por agua y pan blanco o integral. Utilizamos alimentos de cercanía y temporada. Excepcionalmente el menú podrá sufrir leves variaciones por disponibilidad del mercado, ausencia del personal u otros motivos

