

LUNES

MARTES

MIÉRCOLES

JUEVES

VIERNES

28

ENSALADA VERDE  
ARROZ CON TOMATE  
CALAMAR NATURAL A LA ROMANA  
(REBOZADO CON HUEVO Y HARINA)  
YOGUR

29

ENSALADA VERDE  
ARROZ CON TOMATE  
CALAMAR NATURAL A LA ROMANA  
(REBOZADO CON HUEVO Y HARINA)  
YOGUR

30

ENSALADA VERDE  
CREMA DE CALABACÍN  
HUEVOS REVUELTOS CON ATUN  
FRUTA

1

ENSALADA MIXTA  
LENTEJAS ESTOFADAS  
JAMONCITOS DE POLLO ASADOS  
FRUTA

2

ENSALADA CAMPERA  
SOPA DE PASTA  
EMPANADA DE ATÚN  
PATATAS FRITAS  
HELADO

5

ENSALADA MIXTA  
LENTEJAS CON VERDURAS  
CROQUETAS ARTESANAS DE POLLO  
FRUTA

6

ENSALADA MURCIANA  
ALUBIAS BLANCAS CON ARROZ  
TORTILLA FRANCESA  
YOGUR

7

GUISADO MARINERA  
ENSALADA DE PASTA  
FRUTA

8

ENSALADA DE LECHUGA, TOMATE Y  
ZANAHORIA RALLADA  
SOPA DE COCIDO  
COCIDO COMPLETO  
FRUTA

9

ENSALADA VERDE  
CREMA DE ZANAHORIA Y CALABAZA  
HAMBURGUESA DE POLLO  
HELADO

12

ENSALADA DE LECHUGA, TOMATE Y  
ZANAHORIA RALLADA  
SOPA DE ESTRELLAS  
JAMONCITOS DE POLLO EN SALSA  
PATATA PANADERA  
FRUTA

13

ENSALADA VERDE  
ARROZ CON TOMATE  
SALCHICHAS AL HORNO  
YOGUR

14

ENSALADA MIXTA  
ESPIRALES BOLOÑESA (CON TOMATE Y  
CARNE PICADA)  
PALOMETA AL HORNO  
FRUTA

15

LECHUGA  
GUISO DE PESCADO CON ALETRIA  
LOMO ADOBADO A LA PLANCHA  
FRUTA

16

ENSALADA MURCIANA  
ARROZ CON POLLO Y VERDURAS  
BUÑUELOS DE BACALAO  
HELADO

19

ENSALADA DE LECHUGA, TOMATE Y  
REMOLACHA  
SOPA DE PESCADO  
SAN JACOBO DE PAVO  
PATATAS DADO  
FRUTA

20

LECHUGA, TOMATE Y MAÍZ  
PAELLA MIXTA  
CROQUETAS DE JAMÓN  
HELADO

21

ENSALADA MIXTA  
CREMA DE VERDURAS  
ALBÓNDIGAS CON TOMATE  
FRUTA

22

ENSALADA VERDE  
MACARRONES CON TOMATE Y QUESO  
RALLADO  
ABADEJO AL HORNO  
YOGUR

23

ENSALADA MURCIANA  
GUISADO DE TERNERA  
TORTILLA DE ATÚN  
FRUTA

26

ENSALADA MIXTA  
SOPA DE ESTRELLAS  
EMPANADA DE CARNE  
PATATAS FRITAS  
FRUTA

27

ENSALADA DE PASTA  
PECHUGA EMPANADA  
FRUTA

28

ENSALADA VERDE  
ARROZ CON TOMATE  
SALCHICHAS AL HORNO  
YOGUR

29

ENSALADA DE LECHUGA, TOMATE,  
ZANAHORIA Y MAÍZ  
MACARRONES CON CHORIZO  
BUÑUELOS DE BACALAO  
FRUTA

30

ENSALADA VERDE  
FIDEUA CON PESCADO  
ROLLITO DE JAMÓN Y QUESO  
HELADO



¡Te damos la bienvenida a nuestro comedor escolar seguro!

Comienza con un buen **DESAYUNO**



Pan, cereales o derivados



Leche o derivados



Fruta fresca y hortalizas



Si hemos comido:	Podemos cenar:
Cereales, féculas o legumbres	Hortalizas crudas o legumbres cocidas
Verduras	Cereales o féculas
Carne	Pescado o huevo
Pescado	Carne magra o huevo
Huevo	Pescado o carne magra
Fruta	Lácteos o fruta
Lácteos	Fruta

**LOS GUARDIANES DE LA SALUD**



1 Estamos preparados para garantizar la Seguridad de los niños y niñas en el aula-comedor.

2

Desarrollamos e implantamos nuestros Protocolos de Seguridad y Prevención, verificados por Bureau Veritas Certification.



3

El bienestar de todas las familias es nuestra prioridad.

Notas:

Empresa adherida al PLAN de colaboración para la mejora de la composición de los alimentos y bebidas y otras medidas 2020

En caso de alergias o intolerancias procurar mantener una buena alimentación sustituyendo los alimentos no tolerados por otros dentro de la misma familia.

Nuestra empresa somete a congelación el pescado que vaya a ser consumido crudo o poco hecho, según establece el RD 1420/2006. Según lo establecido en el RE 1169/2011, la cocina dispone de información sobre el contenido en alérgenos de los menús elaborados.

