



N.I.F.: B 14956684

R.G.S.A : 26.02234/CO

Menu Para: MENÚ BASAL COLEGIOS CALIENTES

Nº Regit.: 571

Marzo
2026**Nota:**

La fruta habitual corresponde a manzana, pera, naranja y plátano. Sandía y melón en temporada.
Este menú no es apto para personas con alguna alergia o intolerancia alimentaria. (Reglamento 1169/2011).
En ese caso, debe comunicarlo a la Secretaría del Centro para disponer de un menú adaptado a la misma

LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES
02 MACARRONES CON ATÚN	03 LENTEJAS CON VERDURAS	04 CAZUELA DE FIDEOS	05 ENSALADA PRIMAVERA	06 CREMA DE VERDURA CON PICATOSTES
PECHUGA POLLO EN SALSA CON JUDÍAS	BACALAO AL HORNO CON SALSA TOMATE	TORTILLA PATATA CALABACÍN C/ LECHUGA Y	COCIDO C/ VERDURAS Y POLLO	SALMÓN AL HORNO CON LECHUGA Y MAÍZ
PAN BLANCO Sugerencia para Cena FRUTA ENSALADA+PESCADO+YOGUR	PAN INTEGRAL Sugerencia para Cena FRUTA ARROZ+CARNE+FRUTA	PAN BLANCO Sugerencia para Cena YOGUR VERDURA+CARNE+FRUTA	PAN BLANCO Sugerencia para Cena FRUTA ARROZ+HUEVO+FRUTA	PAN INTEGRAL Sugerencia para Cena FRUTA PASTA+CARNE+FRUTA
Proteína H.Carb. A.Z Grasas A.q.s. Sal 29,39g 87,39g 18,17g 26,12g 3,79g 1,99g 3a8Años: 704 Kcal 9a13Años: 835 Kcal 14a18Años: 962 Kcal	Proteína H.Carb. A.Z Grasas A.q.s. Sal 52,19g 101,32g 22,51g 18,00g 2,30g 2,08g 3a8Años: 700 Kcal 9a13Años: 780 Kcal 14a18Años: 904 Kcal	Proteína H.Carb. A.Z Grasas A.q.s. Sal 29,37g 83,65g 20,15g 21,54g 4,46g 5,37g 3a8Años: 650 Kcal 9a13Años: 746 Kcal 14a18Años: 930 Kcal	Proteína H.Carb. A.Z Grasas A.q.s. Sal 31,23g 75,20g 26,48g 12,61g 3,67g 2,56g 3a8Años: 570 Kcal 9a13Años: 699 Kcal 14a18Años: 822 Kcal	Proteína H.Carb. A.Z Grasas A.q.s. Sal 27,42g 69,77g 20,73g 23,77g 4,36g 4,88g 3a8Años: 584 Kcal 9a13Años: 706 Kcal 14a18Años: 789 Kcal
09 ENSALADA MIXTA	10 COCIDO CON MAGRO CERDO Y VERDURA	11 ESTOFADO PATATAS C/VERDURAS	12 SOPA DE PICADILLO	13 HABICHUELAS CON VERDURAS
MACARRONES INTEGRALES CON TOMATE Y Q	TORTILLA FRANCESA CON LECHUGA	POLLO AL AJILLO CON CHAMPIÑÓN	MERLUZA AL HORNO CON PISTO	CROQUETAS DE BACALAO CON TOMATE NAT
PAN BLANCO Sugerencia para Cena FRUTA SOPA+PESCADO+FRUTA	PAN INTEGRAL Sugerencia para Cena FRUTA ARROZ+CARNE+FRUTA	PAN BLANCO Sugerencia para Cena YOGUR ENSALADA+PESCADO+FRUTA	PAN BLANCO Sugerencia para Cena FRUTA VERDURA+CARNE+YOGUR	PAN INTEGRAL Sugerencia para Cena FRUTA ENSALADA+QUESO+FRUTA
Proteína H.Carb. A.Z Grasas A.q.s. Sal 25,73g 96,27g 21,84g 28,81g 6,29g 0,73g 3a8Años: 725 Kcal 9a13Años: 848 Kcal 14a18Años: 984 Kcal	Proteína H.Carb. A.Z Grasas A.q.s. Sal 34,02g 88,77g 21,46g 17,23g 4,46g 2,87g 3a8Años: 640 Kcal 9a13Años: 778 Kcal 14a18Años: 881 Kcal	Proteína H.Carb. A.Z Grasas A.q.s. Sal 34,09g 62,49g 22,47g 20,89g 5,10g 1,23g 3a8Años: 658 Kcal 9a13Años: 758 Kcal 14a18Años: 838 Kcal	Proteína H.Carb. A.Z Grasas A.q.s. Sal 31,12g 84,96g 18,00g 16,94g 3,70g 3,88g 3a8Años: 601 Kcal 9a13Años: 777 Kcal 14a18Años: 1.011 Kcal	Proteína H.Carb. A.Z Grasas A.q.s. Sal 27,97g 102,01g 19,99g 19,90g 3,10g 2,45g 3a8Años: 680 Kcal 9a13Años: 868 Kcal 14a18Años: 1.001 Kcal
16 ARROZ BLANCO CON TOMATE	17 LENTEJAS CON VERDURAS Y CHORIZO	18 CREMA DE CALABAZA CON PICATOSTES	19 POTAJE DE GARBANZOS CON ESPINACA	20 ENSALADA PRIMAVERA
ALBÓNDIGAS DE AVE CON ZANAHORIAS	MERLUZA AL HORNO CON JUDÍAS	CARNE CON TOMATE CON MENESTRA	ABADEJO FRITO CON LECHUGA Y ZANAHORI	ESPAGUETIS CON ATÚN
PAN BLANCO Sugerencia para Cena FRUTA PASTA+HUEVO+YOGUR	PAN INTEGRAL Sugerencia para Cena FRUTA ENSALADA+CARNE+FRUTA	PAN BLANCO Sugerencia para Cena YOGUR ARROZ+PESCADO+FRUTA	PAN BLANCO Sugerencia para Cena FRUTA SOPA +CARNE+FRUTA	PAN INTEGRAL Sugerencia para Cena FRUTA VERDURA+PESCADO+YOGUR
Proteína H.Carb. A.Z Grasas A.q.s. Sal 25,03g 81,98g 18,09g 27,26g 7,45g 2,78g 3a8Años: 662 Kcal 9a13Años: 770 Kcal 14a18Años: 919 Kcal	Proteína H.Carb. A.Z Grasas A.q.s. Sal 33,43g 73,96g 19,83g 20,79g 3,57g 1,17g 3a8Años: 609 Kcal 9a13Años: 679 Kcal 14a18Años: 775 Kcal	Proteína H.Carb. A.Z Grasas A.q.s. Sal 27,06g 84,07g 24,02g 23,52g 6,11g 4,69g 3a8Años: 659 Kcal 9a13Años: 811 Kcal 14a18Años: 898 Kcal	Proteína H.Carb. A.Z Grasas A.q.s. Sal 50,13g 129,80g 24,28g 25,76g 3,61g 2,70g 3a8Años: 653 Kcal 9a13Años: 831 Kcal 14a18Años: 940 Kcal	Proteína H.Carb. A.Z Grasas A.q.s. Sal 19,19g 87,51g 25,16g 14,45g 1,93g 2,06g 3a8Años: 596 Kcal 9a13Años: 701 Kcal 14a18Años: 803 Kcal
23 ESTOFADO DE PATATA CON TERNERA	24 PICADILLO DE TOMATE	25 MACARRONES CON JAMÓN YORK	26 SOPA DE ALBÓNDIGAS	27 CREMA DE CALABACÍN CON PICATOSTES
TILAPIA AL HORNO CON ZANAHORIA BABY	COCIDO C/ VERDURAS Y POLLO	BACALAO FRITO CON COLIFLOR	TORTILLA DE PATATA CON LECHUGA Y MAÍZ	ATUN EN SALSA DE TOMATE
PAN BLANCO Sugerencia para Cena FRUTA ENSALADA+QUESO+YOGUR	PAN INTEGRAL Sugerencia para Cena FRUTA PASTA+CARNE+FRUTA	PAN BLANCO Sugerencia para Cena YOGUR VERDURA+HUEVO+FRUTA	PAN BLANCO Sugerencia para Cena FRUTA ARROZ+PESCADO+FRUTA	PAN INTEGRAL Sugerencia para Cena FRUTA ENSALADA+PESCADO+YOGUR
Proteína H.Carb. A.Z Grasas A.q.s. Sal 29,83g 62,00g 20,10g 21,58g 5,29g 1,49g 3a8Años: 596 Kcal 9a13Años: 720 Kcal 14a18Años: 830 Kcal	Proteína H.Carb. A.Z Grasas A.q.s. Sal 32,32g 67,13g 20,08g 24,39g 5,45g 2,46g 3a8Años: 608 Kcal 9a13Años: 744 Kcal 14a18Años: 862 Kcal	Proteína H.Carb. A.Z Grasas A.q.s. Sal 26,85g 94,31g 17,92g 25,18g 4,49g 2,52g 3a8Años: 706 Kcal 9a13Años: 872 Kcal 14a18Años: 985 Kcal	Proteína H.Carb. A.Z Grasas A.q.s. Sal 22,80g 88,88g 19,63g 25,17g 5,48g 4,98g 3a8Años: 663 Kcal 9a13Años: 781 Kcal 14a18Años: 931 Kcal	Proteína H.Carb. A.Z Grasas A.q.s. Sal 23,63g 81,85g 22,47g 23,14g 4,59g 4,70g 3a8Años: 609 Kcal 9a13Años: 693 Kcal 14a18Años: 807 Kcal
30 SOPA DE PESCADO CON LLUVIA	31 LENTEJAS CON VERDURAS			
MAGRO AL JEREZ CON PATATA FRITA	MERLUZA AL HORNO CON SALSA DE ZANAHO			
PAN BLANCO Sugerencia para Cena FRUTA ENSALADA+HUEVO+YOGUR	PAN INTEGRAL Sugerencia para Cena FRUTA ARROZ+CARNE+FRUTA			
Proteína H.Carb. A.Z Grasas A.q.s. Sal 40,21g 77,71g 19,55g 20,67g 4,62g 1,95g 3a8Años: 668 Kcal 9a13Años: 827 Kcal 14a18Años: 967 Kcal	Proteína H.Carb. A.Z Grasas A.q.s. Sal 34,46g 100,11g 20,83g 13,64g 1,78g 1,64g 3a8Años: 650 Kcal 9a13Años: 712 Kcal 14a18Años: 846 Kcal			