

LUNES

MARTES

MIÉRCOLES

JUEVES

VIERNES



1
GARBANZOS GUISADOS CON VERDURAS 10
 garbanzo, patata, zanahoria, codillo
MERLUZA EN SALSA MARINERA CON ZANAHORIA BABY 2.8
 merluza, zanahoria, tomate, aceite
 FRUTA Y PAN 8
 KCAL 625 PROT 37 g HC 74 g LIP 17 g
 Cena: ragú de pavo en salsa c/puré de batata

2
ARROZ CON TOMATE
 arroz, tomate frito, cebolla
ALBÓNDIGAS MIXTAS (buguer meat cerdo - ternera) A LA JARDINERA 1.8.10
 burger meat cerdo-ternera, menestra
 FRUTA Y PAN 8
 KCAL 716 PROT 17 g HC 84 g LIP 34 g
 Cena: pisto con huevos a la plancha

3
LENTEJAS ESTOFADAS CON CHORIZO 10
 lentejas, chorizo, codillo, patata
TORTILLA DE PATATA 7 CON ENSALADA
 huevo líquido, patata, aceite oliva
 FRUTA Y PAN 8
 KCAL 766 PROT 27 g HC 82 g LIP 32 g
 Cena: merluza en papillote c/verdura juliana

4
PURÉ DE MENESTRA 10
 menestra, patata, aceite de oliva
VARITAS DE MERLUZA CON ENSALADA 1.2.3.4.6.7.8.11
 harina, leche, atún, tomate, queso
 POSTRE LÁCTEO Y PAN 8.6
 KCAL 727 PROT 29 g HC 65 g LIP 37 g
 Cena: pollo asado con verdura vapor

7
CREMA DE CALABACIN 10
 patata, calabacín, aceite de oliva
CINTA DE LOMO AL AJILLO CON ENSALADA 8
 cinta de lomo de cerdo, ajo, perejil, harina
 FRUTA Y PAN 8
 KCAL 662 PROT 31 g HC 65 g LIP 29 g
 Cena: bacalao en salsa verde c/guisantes

8
ARROZ HORTELANO
 arroz, judías verdes, guisantes, zanahoria
ABADEJO EN SALSA MENIERE CON ENSALADA 1.2.8.10
 abadejo, cebolla, margarina, harina
 FRUTA Y PAN 8
 KCAL 604 PROT 25 HC 97 g LIP 12 g
 Cena: escalope de cerdo con verduras

9
ALUBIAS BLANCAS CON VERDURAS 10
 alubias blancas, patata, zanahoria, codillo
TORTILLA FRANCESA 7 CON ENSALADA
 huevo líquido, aceite de oliva
 FRUTA Y PAN 8
 KCAL 713 PROT 30 g HC 56 g LIP 38 g
 Cena: emperador a la plancha c/menestra

10
PASTA CARBONARA 1.6.7.8
 pasta, bacon, nata
POLLO ASADO CON PATATAS 10.8
 pollo, patata, zanahoria, cebolla
 FRUTA Y PAN 8
 KCAL 757 PROT 36 g HC 81 g LIP 30 g
 Cena: merluza en papillote c/verdura juliana

11
NO LECTIVO

14
NO LECTIVO

15
NO LECTIVO

16
NO LECTIVO

17
JUEVES SANTO

18
VIERNES SANTO

21
NO LECTIVO

22
PURÉ DE JUDÍAS VERDES 10
 judías verdes, patata, aceite de oliva
ESCALOPE DE POLLO CON ENSALADA 1.8
 pollo, harina de trigo, aceite
 FRUTA Y PAN 8
 KCAL 612 PROT 21 g HC 59 g LIP 31 g
 Cena: sopa castellana con huevo

23 DIA DEL LIBRO
OLLA PODRIDRA (ALUBIAS GUISADAS)
 alubias, panceta, chorizo, patata, zanahoria
ALBONDIGUILLAS DE SANCHO (burger meat cerdo - ternera) CON PATATAS 1.8.10
 FRUTA Y PAN 8
 KCAL 661 PROT 22 g HC 62 g LIP 34 g
 Cena: merluza al ajillo c/zanahoria salteada

24
PASTA INTEGRAL C/TOMATE Y JAMÓN YORK 7.8
 pasta, tomate, jamón york
MERLUZA EN SALSA DE NATA CON ZANAHORIA 2.6.8
 merluza, zanahoria, nata
 FRUTA Y PAN 8
 KCAL 725 PROT 35 g HC 71 g LIP 32 g
 Cena: ragout de ternera con patatas

25
SOPA DE COCIDO CON FIDEOS 7.8
 pasta, garbanzos, codillo, ave
COCIDO COMPLETO 10
 garbanzos, tocino, morcillo, chorizo
 POSTRE LÁCTEO Y PAN 8.6
 KCAL 773 PROT 41 g HC 83 g LIP 29 g
 Cena: hamburguesa de atún

28
ARROZ MILANESA 1.6
 arroz, queso rallado, salchichas de pavo
MERLUZA EN SALSA DE LIMÓN 2.8 CON ENSALADA
 merluza, agrio limón, ajo, perejil, harina
 FRUTA Y PAN 8
 KCAL 634 PROT 26 g HC 89 g LIP 18 g
 Cena: wrap de tortilla con pavo y aguacate

29
LENTEJAS GUISADAS CON VERDURAS 10
 lentejas, patata, codillo, zanahoria
TORTILLA DE PATATA 7 CON ENSALADA
 huevo líquido, patata, aceite oliva
 FRUTA Y PAN 8
 KCAL 766 PROT 27 g HC 82 g LIP 32 g
 Cena: filete de pollo relleno de queso y espinaca

30
CREMA DE VERDURAS DE LA HUERTA 5.10
 patata, apio, zanahoria, aceite
LACÓN A LA GALLEGA CON PATATA VAPOR 10
 jamón de cerdo cocido, patata, pimentón
 FRUTA Y PAN 8
 KCAL 698 PROT 34 g HC 78 g LIP 26 g
 Cena: gallo a la plancha con arroz basmati

El Quijote: .."Una olla de algo más vaca que carnero, salpicón las más noches, duelos y quebrantos los sábados, lentejas los viernes, algún palomino de añadidura los domingos, consumían las tres partes de su hacienda"

Valoración nutricional para una franja etaria de 7 a 12 años
Servicios Integrales para colectividades S.L. Victoria Grande MAD0027

LUNES

MARTES

MIÉRCOLES

JUEVES

VIERNES



1
GARBANZOS GUISADOS CON VERDURAS 10
 garbanzo, patata, zanahoria, codillo
MERLUZA EN SALSA MARINERA CON ZANAHORIA BABY 2.8
 merluza, zanahoria, tomate, aceite
 FRUTA Y PAN 8
 KCAL 625 PROT 37 g HC 74 g LIP 17 g
 Cena: ragú de pavo en salsa c/puré de batata

2
ARROZ CON TOMATE
 arroz, tomate frito, cebolla
ALBÓNDIGAS MIXTAS (buguer meat cerdo - ternera) A LA JARDINERA 1.8.10
 burger meat cerdo-ternera, menestra
 FRUTA Y PAN 8
 KCAL 716 PROT 17 g HC 84 g LIP 34 g
 Cena: pisto con huevos a la plancha

3
LENTEJAS ESTOFADAS CON CHORIZO 10
 lentejas, chorizo, codillo, patata
TORTILLA DE PATATA 7 CON ENSALADA
 huevo líquido, patata, aceite oliva
 FRUTA Y PAN 8
 KCAL 766 PROT 27 g HC 82 g LIP 32 g
 Cena: merluza en papillote c/verdura juliana

4
MENESTRA DE VERDURAS 10
 menestra de verduras, tomate, patata, aceite
CANELONES DE ATÚN CON TOMATE Y QUESO 1.2.3.4.6.7.8.11
 harina, leche, atún, tomate, queso
 POSTRE LÁCTEO Y PAN 8.6
 KCAL 727 PROT 29 g HC 65 g LIP 37 g
 Cena: pollo asado con verdura vapor

7
CREMA DE CALABACÍN 10
 patata, calabacín, aceite de oliva
CINTA DE LOMO AL AJILLO CON ENSALADA 8
 cinta de lomo de cerdo, ajo, perejil, harina
 FRUTA Y PAN 8
 KCAL 662 PROT 31 g HC 65 g LIP 29 g
 Cena: bacalao en salsa verde c/guisantes

8
ARROZ HORTELANO
 arroz, judías verdes, guisantes, zanahoria
ABADEJO EN SALSA MENIERE CON ENSALADA 1.2.8.10
 abadejo, cebolla, margarina, harina
 FRUTA Y PAN 8
 KCAL 604 PROT 25 HC 97 g LIP 12 g
 Cena: escalope de cerdo con verduras

9
ALUBIAS BLANCAS CON VERDURAS 10
 alubias blancas, patata, zanahoria, codillo
TORTILLA FRANCESA 7 CON ENSALADA
 huevo líquido, aceite de oliva
 FRUTA Y PAN 8
 KCAL 713 PROT 30 g HC 56 g LIP 38 g
 Cena: emperador a la plancha c/menestra

10
PASTA CARBONARA 1.6.7.8
 pasta, bacon, nata
POLLO ASADO CON PATATAS 10.8
 pollo, patata, zanahoria, cebolla
 FRUTA Y PAN 8
 KCAL 757 PROT 36 g HC 81 g LIP 30 g
 Cena: merluza en papillote c/verdura juliana

11
NO LECTIVO

14

15

16

17

18

NO LECTIVO

NO LECTIVO

NO LECTIVO

JUEVES SANTO

VIERNES SANTO

21

NO LECTIVO

22
JUDÍAS VERDES REHOGADAS 10
 judías verdes, patata, tomate frito
ESCALOPE DE POLLO CON ENSALADA 1.8
 pollo, harina de trigo, aceite
 FRUTA Y PAN 8
 KCAL 612 PROT 21 g HC 59 g LIP 31 g
 Cena: sopa castellana con huevo

23 DIA DEL LIBRO
OLLA PODRIDRA (ALUBIAS GUISADAS)
 alubias, panceta, chorizo, patata, zanahoria
ALBONDIGUILLAS DE SANCHO (burger meat cerdo - ternera) CON PATATAS 1.8.10
 FRUTA Y PAN 8
 KCAL 661 PROT 22 g HC 62 g LIP 34 g
 Cena: merluza al ajillo c/zanahoria salteada

24
PASTA INTEGRAL C/TOMATE Y JAMÓN YORK 7.8
 pasta, tomate, jamón york
SALMÓN EN SALSA DE NATA CON ZANAHORIA 2.6.8
 salmón, zanahoria, nata
 FRUTA Y PAN 8
 KCAL 725 PROT 35 g HC 71 g LIP 32 g
 Cena: ragout de ternera con patatas

25
SOPA DE COCIDO CON FIDEOS 7.8
 pasta, garbanzos, codillo, ave
COCIDO COMPLETO 10
 garbanzos, tocino, morcillo, chorizo
 POSTRE LÁCTEO Y PAN 8.6
 KCAL 773 PROT 41 g HC 83 g LIP 29 g
 Cena: hamburguesa de atún

28

ARROZ MILANESA 1.6
 arroz, queso rallado, salchichas de pavo
MERLUZA EN SALSA DE LIMÓN 2.8 CON ENSALADA
 merluza, agrio limón, ajo, perejil, harina
 FRUTA Y PAN 8
 KCAL 634 PROT 26 g HC 89 g LIP 18 g
 Cena: wrap de tortilla con pavo y aguacate

29
LENTEJAS GUISADAS CON VERDURAS 10
 lentejas, patata, codillo, zanahoria
TORTILLA DE PATATA 7 CON ENSALADA
 huevo líquido, patata, aceite oliva
 FRUTA Y PAN 8
 KCAL 766 PROT 27 g HC 82 g LIP 32 g
 Cena: filete de pollo relleno de queso y espinaca

30
CREMA DE VERDURAS DE LA HUERTA 5.10
 patata, apio, zanahoria, aceite
LACÓN A LA GALLEGA CON PATATA VAPOR 10
 jamón de cerdo cocido, patata, pimentón
 FRUTA Y PAN 8
 KCAL 698 PROT 34 g HC 78 g LIP 26 g
 Cena: gallo a la plancha con arroz basmati

El Quijote: .."Una olla de algo más vaca que carnero, salpicón las más noches, duelos y quebrantos los sábados, lentejas los viernes, algún palomino de añadidura los domingos, consumían las tres partes de su hacienda"

Valoración nutricional para una franja etaria de 7 a 12 años
 Servicios Integrales para colectividades S.L. Victoria Grande MAD0027

LUNES

MARTES

MIÉRCOLES

JUEVES

VIERNES



	1 GARBANZOS GUISADOS CON VERDURAS 10	2 ARROZ CON TOMATE	3 LENTEJAS A LA HORTELANA	4 MENESTRA DE VERDURAS 10
	MERLUZA EN SALSA MARINERA CON ZANAHORIA BABY 2	HAMBURGUESA DE TERNERA (burger meat) CON VERDURAS ASADAS 1.10	TORTILLA DE PATATA 7 CON ENSALADA	CANELONES DE ESPINACAS CON TOMATE Y QUESO 1.2.3.4.6.7.8.11
	FRUTA Y PAN 8 KCAL 625 PROT 37 g HC 74 g LIP 17 g	FRUTA Y PAN 8 KCAL 716 PROT 17 g HC 84 g LIP 34 g	FRUTA Y PAN 8 KCAL 766 PROT 27 g HC 82 g LIP 32 g	POSTRE LÁCTEO Y PAN 8.6 KCAL 727 PROT 29 g HC 65 g LIP 37 g
7	8	9	10	11
CREMA DE CALABACIN 10	ARROZ CON VERDURAS	ALUBIAS BLANCAS CON VERDURAS 10	PASTA EN SALSA DE VERDURAS 8.7	
FILETE DE POLLO AL AJILLO CON ENSALADA	ABADEJO EN SALSA PIQUILLO CON ENSALADA 2	TORTILLA FRANCESA 7 CON ENSALADA	POLLO ASADO CON PATATAS 10	NO LECTIVO
FRUTA Y PAN 8 KCAL 662 PROT 31 g HC 65 g LIP 29 g	FRUTA Y PAN 8 KCAL 604 PROT 25 HC 97 g LIP 12 g	FRUTA Y PAN 8 KCAL 713 PROT 30 g HC 56 g LIP 38 g	FRUTA Y PAN 8 KCAL 757 PROT 36 g HC 81 g LIP 30 g	
14	15	16	17	18
NO LECTIVO	NO LECTIVO	NO LECTIVO	JUEVES SANTO	VIERNES SANTO
21	22	23 DIA DEL LIBRO	24	25
NO LECTIVO	JUDÍAS VERDES REHOGADAS 10	OLLA PODRIDRA (ALUBIAS GUISADAS)	PASTA EN SALSA ALBAHACA 7.8	SOPA DE AVE 7.8
	ESCALOPE DE POLLO CON ENSALADA 1.8	HAMBURGUESA DE TERNERA (burger meat) CON PATATA VAPOR 1.10	SALMÓN MARINADO CON ZANAHORIA BABY 2	COCIDO COMPLETO 10 garbanzos, patata, morcillo
	FRUTA Y PAN 8 KCAL 612 PROT 21 g HC 59 g LIP 31 g	FRUTA Y PAN 8 KCAL 661 PROT 22 g HC 62 g LIP 34 g	FRUTA Y PAN 8 KCAL 725 PROT 35 g HC 71 g LIP 32 g	POSTRE LÁCTEO Y PAN 8.6 KCAL 773 PROT 41 g HC 83 g LIP 29 g
28	29	30		
ARROZ CON VERDURAS WOK 5	LENTEJAS A LA HORTELANA	CREMA DE VERDURAS DE LA HUERTA 5.10		
MERLUZA EN SALSA PROVENZAL CON ENSALADA 2	TORTILLA DE PATATA 7 CON ENSALADA	MERLUZA A LA GALLEGA CON PATATA VAPOR 2.10	<i>El Quijote: .."Una olla de algo más vaca que carnero, salpicón las más noches, duelos y quebrantos los sábados, lentejas los viernes, algún palomino de añadidura los domingos, consumían las tres partes de su hacienda"</i>	
FRUTA Y PAN 8 KCAL 634 PROT 26 g HC 89 g LIP 18 g	FRUTA Y PAN 8 KCAL 766 PROT 27 g HC 82 g LIP 32 g	FRUTA Y PAN 8 KCAL 698 PROT 34 g HC 78 g LIP 26 g		

Valoración nutricional para una franja etaria de 7 a 12 años
Servicios Integrales para colectividades S.L. Victoria Grande MAD0027

LUNES

MARTES

MIÉRCOLES

JUEVES

VIERNES



	1 GARBANZOS GUISADOS CON VERDURAS 10	2 ARROZ CON TOMATE	3 LENTEJAS ESTOFADAS CON CHORIZO 10	4 PURÉ DE MENESTRA 10
	RAGÚ DE PAVO AL CURRY CON ZANAHORIA BABY 3	ALBÓNDIGAS MIXTAS (buguer meat cerdo - ternera) A LA JARDINERA 1.8.10	TORTILLA DE PATATA 7 CON ENSALADA	CINTA DE LOMO A LA JARDINERA CON PATATA PANADERA 10
	FRUTA Y PAN 8 KCAL 625 PROT 37 g HC 74 g LIP 17 g	FRUTA Y PAN 8 KCAL 716 PROT 17 g HC 84 g LIP 34 g	FRUTA Y PAN 8 KCAL 766 PROT 27 g HC 82 g LIP 32 g	POSTRE LÁCTEO Y PAN 8.6 KCAL 727 PROT 29 g HC 65 g LIP 37 g
	7 CREMA DE CALABACIN 10	8 ARROZ HORTELANO	9 ALUBIAS BLANCAS CON VERDURAS 10	10 PASTA CARBONARA 1.6.7.8
	CINTA DE LOMO AL AJILLO CON ENSALADA 8	FILETE DE PAVO EN SU JUGO CON ENSALDA	TORTILLA FRANCESA 7 CON ENSALADA	11 NO LECTIVO
	FRUTA Y PAN 8 KCAL 662 PROT 31 g HC 65 g LIP 29 g	FRUTA Y PAN 8 KCAL 604 PROT 25 HC 97 g LIP 12 g	FRUTA Y PAN 8 KCAL 713 PROT 30 g HC 56 g LIP 38 g	FRUTA Y PAN 8 KCAL 757 PROT 36 g HC 81 g LIP 30 g
	14	15	16	17
	NO LECTIVO	NO LECTIVO	NO LECTIVO	JUEVES SANTO
	21	22	23 DIA DEL LIBRO OLLA PODRIDRA (ALUBIAS GUISADAS)	24
	NO LECTIVO	PURÉ DE JUDIAS VERDES 10	ALBONDIGUILLAS DE SANCHO (burguer meat cerdo - ternera) CON PATATAS 1.8.10	PASTA CON TOMATE Y JAMÓN YORK 7.8
		ESCALOPE DE POLLO CON ENSALADA 1.8	FRUTA Y PAN 8 KCAL 661 PROT 22 g HC 62 g LIP 34 g	FILETE DE CERDO EN SU JUGO CON ZANAHORIA
		FRUTA Y PAN 8 KCAL 612 PROT 21 g HC 59 g LIP 31 g		FRUTA Y PAN 8 KCAL 725 PROT 35 g HC 71 g LIP 32 g
				25 SOPA DE COCIDO CON FIDEOS 7.8
				COCIDO COMPLETO 10 garbanzos, tocino, morcillo, chorizo
				POSTRE LÁCTEO Y PAN 8.6 KCAL 773 PROT 41 g HC 83 g LIP 29 g
	28 ARROZ MILANESA 1.6	29 LENTEJAS GUISADAS CON VERDURAS 10	30 CREMA DE VERDURAS DE LA HUERTA 5.10	
	MAGRO DE CERDO ESTOFADO CON ENSALADA	TORTILLA DE PATATA 7 CON ENSALADA	LACÓN A LA GALLEGA CON PATATA VAPOR 10	
	FRUTA Y PAN 8 KCAL 634 PROT 26 g HC 89 g LIP 18 g	FRUTA Y PAN 8 KCAL 766 PROT 27 g HC 82 g LIP 32 g	FRUTA Y PAN 8 KCAL 698 PROT 34 g HC 78 g LIP 26 g	

El Quijote: .."Una olla de algo más vaca que carnero, salpicón las más noches, duelos y quebrantos los sábados, lentejas los viernes, algún palomino de añadidura los domingos, consumían las tres partes de su hacienda"

Valoración nutricional para una franja etaria de 7 a 12 años
Servicios Integrales para colectividades S.L. Victoria Grande MAD0027

LUNES

MARTES

MIÉRCOLES

JUEVES

VIERNES



	1 GARBANZOS GUISADOS CON VERDURAS 10	2 ARROZ CON TOMATE	3 LENTEJAS A LA HORTELANA	4 MENESTRA DE VERDURAS 10
	RAGÚ DE PAVO AL CURRY CON ZANAHORIA BABY 3	HAMBURGUESA DE TERNERA (burger meat) CON VERDURAS ASADAS 1.10	TORTILLA DE PATATA 7 CON ENSALADA	CINTA DE LOMO A LA JARDINERA CON PATATA PANADERA 10
	FRUTA Y PAN 8 KCAL 625 PROT 37 g HC 74 g LIP 17 g	FRUTA Y PAN 8 KCAL 716 PROT 17 g HC 84 g LIP 34 g	FRUTA Y PAN 8 KCAL 766 PROT 27 g HC 82 g LIP 32 g	POSTRE LÁCTEO Y PAN 8.6 KCAL 727 PROT 29 g HC 65 g LIP 37 g
	7 CREMA DE CALABACIN 10	8 ARROZ CON VERDURAS	9 ALUBIAS BLANCAS CON VERDURAS 10	10 PASTA EN SALSA DE VERDURAS 8.7
	CINTA DE LOMO AL AJILLO CON ENSALADA	FILETE DE PAVO EN SU JUGO CON ENSALDA	TORTILLA FRANCESA 7 CON ENSALADA	11 POLLO ASADO CON PATATAS 10
	FRUTA Y PAN 8 KCAL 662 PROT 31 g HC 65 g LIP 29 g	FRUTA Y PAN 8 KCAL 604 PROT 25 HC 97 g LIP 12 g	FRUTA Y PAN 8 KCAL 713 PROT 30 g HC 56 g LIP 38 g	FRUTA Y PAN 8 KCAL 757 PROT 36 g HC 81 g LIP 30 g
	14 NO LECTIVO	15 NO LECTIVO	16 NO LECTIVO	17 JUEVES SANTO
				18 VIERNES SANTO
	21 NO LECTIVO	22 JUDÍAS VERDES REHOGADAS 10	23 DIA DEL LIBRO OLLA PODRIDRA (ALUBIAS GUISADAS)	24 PASTA EN SALSA ALBAHACA 7.8
		ESCALOPE DE POLLO CON ENSALADA 1.8	HAMBURGUESA DE TERNERA (burger meat) CON PATATA VAPOR 1.10	FILETE DE CERDO EN SU JUGO CON ZANAHORIA
		FRUTA Y PAN 8 KCAL 612 PROT 21 g HC 59 g LIP 31 g	FRUTA Y PAN 8 KCAL 661 PROT 22 g HC 62 g LIP 34 g	FRUTA Y PAN 8 KCAL 725 PROT 35 g HC 71 g LIP 32 g
				25 SOPA DE AVE 7.8
				COCIDO COMPLETO 10 garbanzos, tocino, morcillo, chorizo
				POSTRE LÁCTEO Y PAN 8.6 KCAL 773 PROT 41 g HC 83 g LIP 29 g
	28 ARROZ CON VERDURAS WOK 5	29 LENTEJAS A LA HORTELANA	30 CREMA DE VERDURAS DE LA HUERTA 5.10	
	MAGRO DE CERDO ESTOFADO CON ENSALADA	TORTILLA DE PATATA 7 CON ENSALADA	LACÓN A LA GALLEGA CON PATATA VAPOR 10	
	FRUTA Y PAN 8 KCAL 634 PROT 26 g HC 89 g LIP 18 g	FRUTA Y PAN 8 KCAL 766 PROT 27 g HC 82 g LIP 32 g	FRUTA Y PAN 8 KCAL 698 PROT 34 g HC 78 g LIP 26 g	
				<i>El Quijote: .."Una olla de algo más vaca que carnero, salpicón las más noches, duelos y quebrantos los sábados, lentejas los viernes, algún palomino de añadidura los domingos, consumían las tres partes de su hacienda"</i>
				Valoración nutricional para una franja etaria de 7 a 12 años Servicios Integrales para colectividades S.L. Victoria Grande MAD0027