

LUNES		MARTES		MIÉRCOLES		JUEVES		VIERNES	
2		3		4		5		6	
CREMA DE CALABACÍN 10 calabaza, patata, aceite de oliva		ALUBIAS BLANCAS GUISADAS CON VERDURAS 10 alubias blancas, patata, zanahoria, puerro		WOK DE ARROZ CON VERDURAS Y POLLO 1.8 arroz, verduras,pollo, hortalizas		PURÉ DE MENESTRA 10		POTAJE 7.10 garbanzos,espinacas, huevo, patata	
MERLUZA EN SALSA 2.8 MARINERA C/ ZANAHORIA BABY merluza, zanahoria, tomate, cebolla		MAGRO DE CERDO A LA RIOJANA CON PATATAS 10 magro, patata, tomate, cebolla		ABADEJO CON FRITADA DE VERDURAS Y ENSALADA 2 abadejo, calabacín, pimiento, cebolla,tomate		POLLO AL LIMÓN CON ENSALADA 8 pollo, zumo de limón, cebolla, perejil		TORTILLA FRANCESA 7 CON ENSALADA huevo liquido, aceite	
FRUTA Y PAN 8 KCAL 589 HC 61 g PROT 31 g LIP 22 g Cena: pisto con huevos a la plancha		FRUTA Y PAN 8 KCAL 652 HC 63 g PROT 44 g LIP 20 g Cena: Bacalao al horno con patatas		FRUTA Y PAN 8 KCAL 627 HC 82 g PROT 28 g LIP 20 g Cena: sopa de verduras y filete de pavo		FRUTA Y PAN 8 KCAL 632 HC 57 g PROT 43 g LIP 24 g Cena: lenguado en papillote con verduras		LÁCTEO O FRUTA Y PAN 6.8 KCAL 619 HC 84 g PROT 30 g LIP 18 g Cena: pollo asado con verdura vapor	
DIA DE LA TORTILLA DE PATATAS		10		11		12		13	
LENTEJAS ECOLÓGICAS ESTOFADAS CON VERDURAS 10 lentejas, patata, zanahoria, pimiento		ARROZ HORTELANA arroz, menestra, aceite		CREMA DE JUDÍAS VERDES 10		SOPA DE COCIDO 5.7.8 pasta, codillo, gallina		PASTA CON TOMATE Y QUESO 6.7.8 pasta, queso rallado, tomate frito	
TORTILLA DE PATATA 7 CON ENSALADA huevo liquido,patata, aceite		FILETE DE POLLO AL AJILLO CON ENSALADA 8 filete de contramuslo, ajo, perejil		CROQUETAS DE BACALAO 1.2.6.7.8 CON ENSALADA bacalao, leche, harina, pan rallado		COCIDO COMPLETO 10 garbanzos, chorizo, ternera, patata		MERLUZA A LA NARANJA CON ENSALADA 2.8 salmón, zumo de naranja, zanahoria	
FRUTA Y PAN 8 KCAL 675 HC 78 g PROT 25 g LIP 27 g Cena: escalope de cerdo con verduras		FRUTA Y PAN 8 KCAL 659 HC 83 g PROT 32 g LIP 21 g Cena: emperador a la plancha c/menestra		FRUTA Y PAN 8 KCAL 615 HC 72 g PROT 14 g LIP 28 g Cena: wok de pollo con brocoli		FRUTA Y PAN 8 KCAL 693 HC 73 g PROT 34 g LIP 28 g Cena: merluza en papillote c/verdura juliana		LÁCTEO O FRUTA Y PAN 6.8 KCAL 673 HC 80 g PROT 31 g LIP 25 g Cena: crema de calabaza c/huevo poché	
16		SAN PATRICIO		18		19		DÍA MUNDIAL SIN CARNE	
PAELLA MIXTA 2.4.11 arroz, pollo, preparado marisco, verdura		IRIS STYLE VEGETABLE SOUP 10 puré de vegetales		PASTA AL QUESO 6.7.8 pasta , queso, nata		PATATAS GUISADAS CON VERDURAS 10 patatas, menestra, pimentón		JUDÍAS BLANCAS CON VERDURAS 10 judías blancas, patata, zanahoria, cebolla	
TORTILLA FRANCESA 7 CON ENSALADA huevo liquido, aceite		IRIS STEW 10 estofado irlantes con ternera, patata y zanahoria		MERLUZA A LA BILBAINA 2.8.10 CON ENSALADA merluza, pimiento morrón, ajo, vinagre		FILETE DE POLLO AL CURRY CON ENSALADA 3.8 pollo, zanahoria, cebolla, curry		MERLUZA AL AJILLO CON PATATA VAPOR 2.8.10 merluza,patata, ajo, perejil	
FRUTA Y PAN 8 KCAL 635 HC 84 g PROT 20 g LIP 84 g Cena: pollo con tomate y ensalada		FRUTA Y PAN 8 KCAL 647 HC 66 g PROT 46 g LIP 21 g Cena: revuelto de gambas y ajetes		FRUTA Y PAN 8 KCAL 691 HC 90 g PROT 22 g LIP 26 g Cena: lomo fresco con batata frita		FRUTA Y PAN 8 KCAL 674 HC 72 g PROT 45 g LIP 21 g Cena: fideos de calabacín c/atún		LÁCTEO O FRUTA Y PAN 6.8 KCAL 685 HC 86 g PROT 28 g LIP 21 g Cena: pizza de brocoli con york y queso	
23		24		25		26		27	
PASTA INTEGRAL CON TOMATE 7.8 pasta integral, tomate frito		LENTEJAS A LA CAMPESINA 10 lentejas, patata, verduras		CREMA DE GUISANTES 10		ARROZ CON TOMATE arroz, tomate frito, cebolla			
MERLUZA EN SALSA VERDE CON ENSALADA 2.8 merluza, ajo, perejil, harina		TORTILLA DE PATATA 7 CON ENSALADA huevo liquido,patata, aceite		FILETE DE POLLO A AJILLO CON ENSALADA 8 filete de contramuslo, ajo perejil, aceite		ALBÓNDIGAS MIXTAS (burger meat) EN SALSA CON PATATA 1.8.10 burger meat cerdo-ternera,curcuma, ajo		NO LECTIVO	
FRUTA Y PAN 8 KCAL 649 HC 80 g PROT 32 g LIP 21 g Cena:ternera la plancha con ensalada		FRUTA Y PAN 8 KCAL 675 HC 51 g PROT 25 g LIP 27 g Cena: pavo al curry con fideos de calabacín		FRUTA Y PAN 8 KCAL 616 HC 60 g PROT 37 g LIP 22 g Cena: sopa castellana con huevo		FRUTA Y PAN 8 KCAL 701 HC 61 g PROT 31 g LIP 22 g Cena: merluza al ajillo c/zanahoria salteada			
29		30							



NO LECTIVO

NO LECTIVO

LUNES 2	MARTES 3	MIÉRCOLES 4	JUEVES 5	VIERNES 6
CREMA DE CALABACÍN 10 calabaza, patata, aceite de oliva MERLUZA EN SALSA 2.8 MARINERA C/ ZANAHORIA BABY merluza, zanahoria, tomate, cebolla FRUTA Y PAN 8 KCAL 589 HC 61 g PROT 31 g LIP 22 g Cena: pisto con huevos a la plancha	ALUBIAS BLANCAS GUISADAS CON VERDURAS 10 alubias blancas, patata, zanahoria, puerro MAGRO DE CERDO A LA RIOJANA CON PATATAS 10 magro, patata, tomate, cebolla FRUTA Y PAN 8 KCAL 652 HC 63 g PROT 44 g LIP 20 g Cena: Bacalao al horno con patatas	WOK DE ARROZ CON VERDURAS Y POLLO 1.8 arroz, verduras, pollo, hortalizas ABADEJO CON FRITADA DE VERDURAS Y ENSALADA 2 abadejo, calabacín, pimiento, cebolla, tomate FRUTA Y PAN 8 KCAL 627 HC 82 g PROT 28 g LIP 20 g Cena: sopa de verduras y filete de pavo	MENESTRA DE VERDURAS 10 menestra, patata, tomate POLLO AL LIMÓN CON ENSALADA 8 pollo, zumo de limón, cebolla, perejil FRUTA Y PAN 8 KCAL 632 HC 57 g PROT 43 g LIP 24 g Cena: lenguado en papillote con verduras	POTAJE 7.10 garbanzos, espinacas, huevo, patata TORTILLA FRANCESA 7 CON ENSALADA huevo líquido, aceite LÁCTEO O FRUTA Y PAN 6.8 KCAL 619 HC 84 g PROT 30 g LIP 18 g Cena: pollo asado con verdura vapor
DÍA DE LA TORTILLA DE PATATAS LENTEJAS ECOLÓGICAS ESTOFADAS CON VERDURAS 10 lentejas, patata, zanahoria, pimiento TORTILLA DE PATATA 7 CON ENSALADA huevo líquido, patata, aceite FRUTA Y PAN 8 KCAL 675 HC 78 g PROT 25 g LIP 27 g Cena: escalope de cerdo con verduras	ARROZ HORTELANA 10 arroz, menestra, aceite FILETE DE POLLO AL AJILLO CON ENSALADA 8 filete de contramuslo, ajo, perejil FRUTA Y PAN 8 KCAL 659 HC 83 g PROT 32 g LIP 21 g Cena: emperador a la plancha c/ menestra	JUDÍAS VERDES REHOGADAS 10 judías verdes, patata, tomate CROQUETAS DE BACALAO 1.2.6.7.8 CON ENSALADA bacalao, leche, harina, pan rallado FRUTA Y PAN 8 KCAL 615 HC 72 g PROT 14 g LIP 28 g Cena: wok de pollo con brocoli	SOPA DE COCIDO 5.7.8 pasta, codillo, gallina COCIDO COMPLETO 10 garbanzos, chorizo, ternera, patata FRUTA Y PAN 8 KCAL 693 HC 73 g PROT 34 g LIP 28 g Cena: merluza en papillote c/ verdura juliana	PASTA CON TOMATE Y QUESO 6.7.8 pasta, queso rallado, tomate frito MERLUZA A LA NARANJA CON ENSALADA 2.8 salmón, zumo de naranja, zanahoria LÁCTEO O FRUTA Y PAN 6.8 KCAL 673 HC 80 g PROT 31 g LIP 25 g Cena: crema de calabaza c/ huevo poché
16 PAELLA MIXTA 2.4.11 arroz, pollo, preparado marisco, verdura TORTILLA FRANCESA 7 CON ENSALADA huevo líquido, aceite FRUTA Y PAN 8 KCAL 635 HC 84 g PROT 20 g LIP 84 g Cena: pollo con tomate y ensalada	SAN PATRICIO IRIS STYLE VEGETABLE SOUP 10 puré de vegetales IRIS STEW 10 estofado irlandés con ternera, patata y zanahoria FRUTA Y PAN 8 KCAL 647 HC 66 g PROT 46 g LIP 21 g Cena: revuelto de gambas y ajetes	18 PASTA AL QUESO 6.7.8 pasta, queso, nata MERLUZA A LA BILBAINA 2.8.10 CON ENSALADA merluza, pimiento morrón, ajo, vinagre FRUTA Y PAN 8 KCAL 691 HC 90 g PROT 22 g LIP 26 g Cena: lomo fresco con batata frita	19 PATATAS GUISADAS CON VERDURAS 10 patatas, menestra, pimentón FILETE DE POLLO AL CURRY CON ENSALADA 3.8 pollo, zanahoria, cebolla, curry FRUTA Y PAN 8 KCAL 674 HC 72 g PROT 45 g LIP 21 g Cena: fideos de calabacín c/ atún	DÍA MUNDIAL SIN CARNE JUDÍAS BLANCAS CON VERDURAS 10 judías blancas, patata, zanahoria, cebolla CANELONES DE ATÚN CON TOMATE Y QUESO 1.2.6.7.8 LÁCTEO O FRUTA Y PAN 6.8 KCAL 685 HC 86 g PROT 28 g LIP 21 g Cena: pizza de brocoli con york y queso
23 PASTA INTEGRAL CON TOMATE 7.8 pasta integral, tomate frito MERLUZA EN SALSA VERDE CON ENSALADA 2.8 merluza, ajo, perejil, harina FRUTA Y PAN 8 KCAL 649 HC 80 g PROT 32 g LIP 21 g Cena: ternera a la plancha con ensalada	24 LENTEJAS A LA CAMPESINA 10 lentejas, patata, verduras TORTILLA DE PATATA 7 CON ENSALADA huevo líquido, patata, aceite FRUTA Y PAN 8 KCAL 675 HC 51 g PROT 25 g LIP 27 g Cena: pavo al curry con fideos de calabacín	25 GUISANTES REHOGADOS 10 guisantes, patata, tomate FILETE DE POLLO A AJILLO CON ENSALADA 8 filete de contramuslo, ajo, perejil, aceite FRUTA Y PAN 8 KCAL 616 HC 60 g PROT 37 g LIP 22 g Cena: sopa castellana con huevo	26 ARROZ CON TOMATE arroz, tomate frito, cebolla ALBÓNDIGAS MIXTAS (burguer meat) EN SALSA CON PATATA 1.8.10 burguer meat cerdo-ternera, curcuma, ajo FRUTA Y PAN 8 KCAL 701 HC 61 g PROT 31 g LIP 22 g Cena: merluza al ajillo c/ zanahoria salteada	27 NO LECTIVO
29 NO LECTIVO	30 NO LECTIVO			



SAN PEDRO - MARZO 2026
MENÚ SIN FRUTOS SECOS

Código web:202300001

LUNES		MARTES		MIÉRCOLES		JUEVES		VIERNES	
2		3		4		5		6	
CREMA DE CALABACIN 10		ALUBIAS BLANCAS CON VERDURAS 10		ARROZ CON VERDURAS WOK 5		MENESTRA DE VERDURAS 10		POTAJE DE VERDURAS 10	
MERLUZA EN SALSA MARINERA CON ZANAHORIA BABY 2		MAGRO DE CERDO ESTOFADO CON PATATA VAPOR		ABADEJO AL AJILLO CON ZARANGOLLO Y ENSALADA 2		POLLO AL LIMÓN CON ENSALADA		TORTILLA FRANCESA 7 CON ENSALADA	
FRUTA Y PAN 8 KCAL 589 HC 61 g PROT 31 g LIP 22 g		FRUTA Y PAN 8 KCAL 652 HC 63 g PROT 44 g LIP 20 g		FRUTA Y PAN 8 KCAL 627 HC 82 g PROT 28 g LIP 20 g		FRUTA Y PAN 8 KCAL 632 HC 57 g PROT 43 g LIP 24 g		LÁCTEO O FRUTA Y PAN 6.8 KCAL 619 HC 84 g PROT 30 g LIP 18 g	
DIA DE LA TORTILLA DE PATATAS LENTEJAS A LA HORTELANA		10 ARROZ CON VERDURAS ASADAS		11 JUDÍAS VERDES REHOGADAS 10		12 SOPA DE AVE CON FIDEOS 5.7.8		13 PASTA EN SALSA PROVENZAL 7.8	
TORTILLA DE PATATA 7 CON ENSALADA		FILETE DE POLLO AL AJILLO CON ENSALADA		BACALAO REBOZADO 2.8 CON ENSALADA		COMPLEMENTO DE COCIDO 10 garbanzos, patata, pollo, zanahoria		MERLUZA A LA JARDINERA CON ENSALADA 2	
FRUTA Y PAN 8 KCAL 675 HC 78 g PROT 25 g LIP 27 g		FRUTA Y PAN 8 KCAL 659 HC 83 g PROT 32 g LIP 21 g		FRUTA Y PAN 8 KCAL 615 HC 72 g PROT 14 g LIP 28 g		FRUTA Y PAN 8 KCAL 693 HC 73 g PROT 34 g LIP 28 g		LÁCTEO O FRUTA Y PAN 6.8 KCAL 673 HC 80 g PROT 31 g LIP 25 g	
16 PAELLA DE VERDURAS		SAN PATRICIO IRIS STYLE VEGETABLE SOUP 10 CREMA DE CALABAZA		18 PASTA EN SALSA DE VERDURAS AL CURRY 3.7.8		19 PATATAS GUIADAS CON VERDURAS 10		DIA MUNDIAL SIN CARNE JUDÍAS BLANCAS CON VERDURAS	
TORTILLA FRANCESA 7 CON ENSALADA		IRIS STEW 10 RAGÚ DE TERNERA ESTOFADO CON PATATAS		MERLUZA MARINADA 2 CON ENSALADA		POLLO A LAS FINAS HIERBAS CON ENSALADA		PALOMETA ENCEBOLLADA CON PATATA PANADERA 2.10	
FRUTA Y PAN 8 KCAL 635 HC 84 g PROT 20 g LIP 84 g		FRUTA Y PAN 8 KCAL 647 HC 66 g PROT 46 g LIP 21 g		FRUTA Y PAN 8 KCAL 691 HC 90 g PROT 22 g LIP 26 g		FRUTA Y PAN 8 KCAL 674 HC 72 g PROT 45 g LIP 21 g		LÁCTEO O FRUTA Y PAN 6.8 KCAL 685 HC 86 g PROT 28 g LIP 21 g	
23 PASTA EN SALSA DE TOMATE CASERO 7.8		24 LENTEJAS A LA HORTELANA		25 GUISANTES REHOGADOS 10		26 ARROZ CON TOMATE		27	
MERLUZA AL AJO ARRIERO CON ENSALADA 2.5		TORTILLA DE PATATA 7 CON ENSALADA		FILETE DE POLLO A AJILLO CON ENSALADA		ALBÓNDIGAS (burger meat) DE TERNERA ESTOFADA C/PATATAS 1.10		NO LECTIVO	
FRUTA Y PAN 8 KCAL 649 HC 80 g PROT 32 g LIP 21 g		FRUTA Y PAN 8 KCAL 675 HC 51 g PROT 25 g LIP 27 g		FRUTA Y PAN 8 KCAL 616 HC 60 g PROT 37 g LIP 22 g		FRUTA Y PAN 8 KCAL 701 HC 61 g PROT 31 g LIP 22 g			
29		30							
NO LECTIVO		NO LECTIVO							



SAN PEDRO - MARZO 2026
MENÚ HIPOCALORICO

Código web:202300001

LUNES		MARTES		MIÉRCOLES		JUEVES		VIERNES	
2		3		4		5		6	
CREMA DE CALABACIN 10		ALUBIAS BLANCAS CON VERDURAS 10		ARROZ CON VERDURAS WOK 5		MENESTRA DE VERDURAS 10		POTAJE DE VERDURAS 10	
MERLUZA EN SALSA MARINERA CON ZANAHORIA BABY 2		MAGRO DE CERDO ESTOFADO CON PATATA VAPOR		ABADEJO AL AJILLO CON ZARANGOLLO Y ENSALADA 2		POLLO AL LIMÓN CON ENSALADA		TORTILLA FRANCESA 7 CON ENSALADA	
FRUTA Y PAN 8 KCAL 589 HC 61 g PROT 31 g LIP 22 g		FRUTA Y PAN 8 KCAL 652 HC 63 g PROT 44 g LIP 20 g		FRUTA Y PAN 8 KCAL 627 HC 82 g PROT 28 g LIP 20 g		FRUTA Y PAN 8 KCAL 632 HC 57 g PROT 43 g LIP 24 g		LÁCTEO DESNATADO O FRUTA Y PAN 6.8 KCAL 619 HC 84 g PROT 30 g LIP 18 g	
DIA DE LA TORTILLA DE PATATAS LENTEJAS A LA HORTELANA		10		11		12		13	
TORTILLA FRANCESA 7 CON ENSALADA		ARROZ CON VERDURAS ASADAS		JUDÍAS VERDES REHOGADAS 10		SOPA DE AVE CON FIDEOS 5.7.8		PASTA EN SALSA PROVENZAL 7.8	
FRUTA Y PAN 8 KCAL 675 HC 78 g PROT 25 g LIP 27 g		FRUTA Y PAN 8 KCAL 659 HC 83 g PROT 32 g LIP 21 g		FRUTA Y PAN 8 KCAL 615 HC 72 g PROT 14 g LIP 28 g		FRUTA Y PAN 8 KCAL 693 HC 73 g PROT 34 g LIP 28 g		LÁCTEO DESNATADO O FRUTA Y PAN 6.8 KCAL 673 HC 80 g PROT 31 g LIP 25 g	
16		SAN PATRICIO		18		19		DIA MUNDIAL SIN CARNE	
PAELLA DE VERDURAS		IRIS STYLE VEGETABLE SOUP 10 CREMA DE CALABAZA		PASTA EN SALSA DE VERDURAS AL CURRY 3.7.8		PATATAS GUIADAS CON VERDURAS 10		JUDÍAS BLANCAS CON VERDURAS	
TORTILLA FRANCESA 7 CON ENSALADA		IRIS STEW 10 RAGÚ DE TERNERA ESTOFADO CON PATATAS		MERLUZA MARINADA 2 CON ENSALADA		POLLO A LAS FINAS HIERBAS CON ENSALADA		PALOMETA ENCEBOLLADA CON PATATA PANADERA 2.10	
FRUTA Y PAN 8 KCAL 635 HC 84 g PROT 20 g LIP 84 g		FRUTA Y PAN 8 KCAL 647 HC 66 g PROT 46 g LIP 21 g		FRUTA Y PAN 8 KCAL 691 HC 90 g PROT 22 g LIP 26 g		FRUTA Y PAN 8 KCAL 674 HC 72 g PROT 45 g LIP 21 g		LÁCTEO DESNATADO O FRUTA Y PAN 6.8 KCAL 685 HC 86 g PROT 28 g LIP 21 g	
23		24		25		26		27	
PASTA EN SALSA DE TOMATE CASERO 7.8		LENTEJAS A LA HORTELANA		GUISANTES REHOGADOS 10		ARROZ CON TOMATE			
MERLUZA AL AJO ARRIERO CON ENSALADA 2.5		TORTILLA FRANCESA 7 CON ENSALADA		FILETE DE POLLO A AJILLO CON ENSALADA		RAGÚ DE TERNERA ESTOFADO CON PATATA VAPOR 10		NO LECTIVO	
FRUTA Y PAN 8 KCAL 649 HC 80 g PROT 32 g LIP 21 g		FRUTA Y PAN 8 KCAL 675 HC 51 g PROT 25 g LIP 27 g		FRUTA Y PAN 8 KCAL 616 HC 60 g PROT 37 g LIP 22 g		FRUTA Y PAN 8 KCAL 701 HC 61 g PROT 31 g LIP 22 g			
29		30							
NO LECTIVO		NO LECTIVO							



SAN PEDRO - MARZO 2026
MENÚ SIN FRUTOS SECOS

Código web:202300001

<u>LUNES</u>		<u>MARTES</u>		<u>MIÉRCOLES</u>		<u>JUEVES</u>		<u>VIERNES</u>	
2		3		4		5		6	
CREMA DE CALABACIN 10		ALUBIAS BLANCAS CON VERDURAS 10		ARROZ CON VERDURAS WOK 5		MENESTRA DE VERDURAS 10		POTAJE DE VERDURAS 10	
FILETE DE POLLO AL AJO ARRIERO CIZANAHORIA 5		MAGRO DE CERDO ESTOFADO CON PATATA VAPOR		PAVO EN ADOBO CON ENSALADA		POLLO AL LIMÓN CON ENSALADA		TORTILLA FRANCESA 7 CON ENSALADA	
FRUTA Y PAN 8 KCAL 589 HC 61 g PROT 31 g LIP 22 g		FRUTA Y PAN 8 KCAL 652 HC 63 g PROT 44 g LIP 20 g		FRUTA Y PAN 8 KCAL 627 HC 82 g PROT 28 g LIP 20 g		FRUTA Y PAN 8 KCAL 632 HC 57 g PROT 43 g LIP 24 g		LÁCTEO O FRUTA Y PAN 6.8 KCAL 619 HC 84 g PROT 30 g LIP 18 g	
DIA DE LA TORTILLA DE PATATAS LENTEJAS A LA HORTELANA		10		11		12		13	
TORTILLA DE PATATA 7 CON ENSALADA		ARROZ CON VERDURAS ASADAS		JUDÍAS VERDES REHOGADAS 10		SOPA DE AVE CON FIDEOS 5.7.8		PASTA EN SALSA PROVENZAL 7.8	
FRUTA Y PAN 8 KCAL 675 HC 78 g PROT 25 g LIP 27 g		FRUTA Y PAN 8 KCAL 659 HC 83 g PROT 32 g LIP 21 g		FRUTA Y PAN 8 KCAL 615 HC 72 g PROT 14 g LIP 28 g		FRUTA Y PAN 8 KCAL 693 HC 73 g PROT 34 g LIP 28 g		LÁCTEO O FRUTA Y PAN 6.8 KCAL 673 HC 80 g PROT 31 g LIP 25 g	
16		SAN PATRICIO		18		19		DIA MUNDIAL SIN CARNE	
PAELLA DE VERDURAS		IRIS STYLE VEGETABLE SOUP 10 CREMA DE CALABAZA		PASTA EN SALSA DE VERDURAS AL CURRY 3.7.8		PATATAS GUIADAS CON VERDURAS 10		JUDÍAS BLANCAS CON VERDURAS	
TORTILLA FRANCESA 7 CON ENSALADA		IRIS STEW 10 RAGÚ DE TERNERA ESTOFADO CON PATATAS		FILETE DE PAVO EN ADOBO CON ENSALADA		POLLO A LAS FINAS HIERBAS CON ENSALADA		HUEVOS COCIDOS CON ASADILLO DE PIMIENTOS 7	
FRUTA Y PAN 8 KCAL 635 HC 84 g PROT 20 g LIP 84 g		FRUTA Y PAN 8 KCAL 647 HC 66 g PROT 46 g LIP 21 g		FRUTA Y PAN 8 KCAL 691 HC 90 g PROT 22 g LIP 26 g		FRUTA Y PAN 8 KCAL 674 HC 72 g PROT 45 g LIP 21 g		LÁCTEO O FRUTA Y PAN 6.8 KCAL 685 HC 86 g PROT 28 g LIP 21 g	
23		24		25		26		27	
PASTA EN SALSA DE TOMATE CASERO 7.8		LENTEJAS A LA HORTELANA		GUISANTES REHOGADOS 10		ARROZ CON TOMATE		NO LECTIVO	
MAGRO DE CERDO ESTOFADO CON ENSALADA		TORTILLA DE PATATA 7 CON ENSALADA		FILETE DE POLLO A AJILLO CON ENSALADA		ALBÓNDIGAS (burger meat) DE TERNERA ESTOFADA C/PATATAS 1.10			
FRUTA Y PAN 8 KCAL 649 HC 80 g PROT 32 g LIP 21 g		FRUTA Y PAN 8 KCAL 675 HC 51 g PROT 25 g LIP 27 g		FRUTA Y PAN 8 KCAL 616 HC 60 g PROT 37 g LIP 22 g		FRUTA Y PAN 8 KCAL 701 HC 61 g PROT 31 g LIP 22 g			
29		30							
NO LECTIVO		NO LECTIVO							

libro



SAN PEDRO - MARZO 2026
MENÚ SIN CERDO

Código web:202300001

LUNES		MARTES		MIÉRCOLES		JUEVES		VIERNES	
2		3		4		5		6	
CREMA DE CALABACIN 10		ALUBIAS BLANCAS CON VERDURAS 10		ARROZ CON VERDURAS WOK 5		MENESTRA DE VERDURAS 10		POTAJE DE VERDURAS 10	
MERLUZA EN SALSA MARINERA CON ZANAHORIA BABY 2		TORTILLA DE PATATA CON PIMIENTOS 7		ABADEJO AL AJILLO CON ZARANGOLLO Y ENSALADA 2		POLLO AL LIMÓN CON ENSALADA		TORTILLA FRANCESA 7 CON ENSALADA	
FRUTA Y PAN 8 KCAL 589 HC 61 g PROT 31 g LIP 22 g		FRUTA Y PAN 8 KCAL 652 HC 63 g PROT 44 g LIP 20 g		FRUTA Y PAN 8 KCAL 627 HC 82 g PROT 28 g LIP 20 g		FRUTA Y PAN 8 KCAL 632 HC 57 g PROT 43 g LIP 24 g		LÁCTEO O FRUTA Y PAN 6.8 KCAL 619 HC 84 g PROT 30 g LIP 18 g	
DÍA DE LA TORTILLA DE PATATAS LENTEJAS A LA HORTELANA		10		11		12		13	
TORTILLA DE PATATA 7 CON ENSALADA		ARROZ CON VERDURAS ASADAS		JUDÍAS VERDES REHOGADAS 10		SOPA DE AVE CON FIDEOS 5.7.8		PASTA EN SALSA PROVENZAL 7.8	
FRUTA Y PAN 8 KCAL 675 HC 78 g PROT 25 g LIP 27 g		FRUTA Y PAN 8 KCAL 659 HC 83 g PROT 32 g LIP 21 g		FRUTA Y PAN 8 KCAL 615 HC 72 g PROT 14 g LIP 28 g		FRUTA Y PAN 8 KCAL 693 HC 73 g PROT 34 g LIP 28 g		LÁCTEO O FRUTA Y PAN 6.8 KCAL 673 HC 80 g PROT 31 g LIP 25 g	
16		SAN PATRICIO		18		19		DÍA MUNDIAL SIN CARNE	
PAELLA DE VERDURAS		IRIS STYLE VEGETABLE SOUP 10 CREMA DE CALABAZA		PASTA EN SALSA DE VERDURAS AL CURRY 3.7.8		PATATAS GUIADAS CON VERDURAS 10		JUDÍAS BLANCAS CON VERDURAS	
TORTILLA FRANCESA 7 CON ENSALADA		IRIS STEW 10 RAGÚ DE TERNERA ESTOFADO CON PATATAS		MERLUZA MARINADA 2 CON ENSALADA		POLLO A LAS FINAS HIERBAS CON ENSALADA		PALOMETA ENCEBOLLADA CON PATATA PANADERA 2.10	
FRUTA Y PAN 8 KCAL 635 HC 84 g PROT 20 g LIP 84 g		FRUTA Y PAN 8 KCAL 647 HC 66 g PROT 46 g LIP 21 g		FRUTA Y PAN 8 KCAL 691 HC 90 g PROT 22 g LIP 26 g		FRUTA Y PAN 8 KCAL 674 HC 72 g PROT 45 g LIP 21 g		LÁCTEO O FRUTA Y PAN 6.8 KCAL 685 HC 86 g PROT 28 g LIP 21 g	
23		24		25		26		27	
PASTA EN SALSA DE TOMATE CASERO 7.8		LENTEJAS A LA HORTELANA		GUISANTES REHOGADOS 10		ARROZ CON TOMATE		NO LECTIVO	
MERLUZA AL AJO ARRIERO CON ENSALADA 2.5		TORTILLA DE PATATA 7 CON ENSALADA		FILETE DE POLLO A AJILLO CON ENSALADA		ALBÓNDIGAS (burger meat) DE TERNERA ESTOFADA C/PATATAS 1.10			
FRUTA Y PAN 8 KCAL 649 HC 80 g PROT 32 g LIP 21 g		FRUTA Y PAN 8 KCAL 675 HC 51 g PROT 25 g LIP 27 g		FRUTA Y PAN 8 KCAL 616 HC 60 g PROT 37 g LIP 22 g		FRUTA Y PAN 8 KCAL 701 HC 61 g PROT 31 g LIP 22 g			
29		30							
NO LECTIVO		NO LECTIVO							

