

MENÚ COMEDOR ESCOLAR SEPTIEMBRE 2026

DESAYUNOS: LECHE, COLA CAO, GALLETAS, TOSTADAS CON TOMATE ,AOVE , CEREALES, YOGURES Y FRUTA.

LUNES 7	MARTES 8	MIÉRCOLES 9	JUEVES 10	VIERNES 11
	ENSALADA CAMPERA 3 (Patata,huevo,tomate,zanahoria rallada,aceitunas ,AOVE y sal) POLLO ASADO CON CHAMPIÑONES REHOGADOS 7, 12 (Pollo,vino,especias,champiñones, sal,AOVE) Fruta plátano/ Pan blanco1/Agua/Leche 7	LENTEJAS ESTOFADAS CON CHORIZO (Lentejas, pimiento, cebolla, ajo,tomate ,chorizo , AOVE y sal) CABALLA EN ACEITE CON ENSALADA; 4, (Caballa, lechuga,tomate, pepino,zanahoria rallada, maíz,AOVE) Fruta melón/ Pan integral 1/Agua/Leche 7	GUISANTES REHOGADOS CON JAMÓN (Guisantes,ajo,jamón,AOVE y sal) ALBÓNDIGAS EN SALSA CON PATATAS DADO 3, 1,12 (Carne de ternera, cerdo,vino, huevo, harina,patatas,AOVE y sal) Fruta manzana/Pan integral 1,Agua,leche 7	ARROZ MELOSO CON CHIPIRONES Y GAMBAS 2,14 (Arroz,chipirones,gambas, ajo,cebolla, pimiento,tomate, AOVE y sal) TORTILLA FRANCESA Y ENSALADA.3 (Huevo,Lechuga ,tomate,pepino,maíz AOVE y sal) Fruta pera/ Pan blanco 1/Agua/Leche 7
LUNES 14	MARTES 15	MIÉRCOLES 16	JUEVES 17	VIERNES 18
ARROZ CON TOMATE (Arroz, tomate y AOVE sal) SALMÓN AL HORNO CON ENSALADA 4 (Salmón, lechuga, tomate, pepino ,piña, AOVE y sal) Fruta manzana/ Pan integral ,1/Agua/Leche,7	ENSALADA DE PASTA 1 (Pasta,tomate,pepino,,aceitunas,maíz,AOV E, sal) RAGÚ DE TERNERA CON ZANAHORIA . (Ternera, cebolla, zanahoria,judías v. pimiento,tomate, ajo, AOVE y sal) Fruta plátano/ Pan blanco 1/Agua/Leche 7	BRÓCOLI AJO ARRIERO 7 (Brócoli, jamón,ajo,pimentón,sal, AOVE) MERLUZA A LA KOSKERA 1, 4,3,7 (Merluza ,almejas ,harina, cebolla ,leche, huevo, AOVE y sal) Fruta pera/ Pan integral 1/Agua/Yogur 7	ENSALADA DE GARBANZOS (Garbanzos,tomate,pepino,huevo,bonito PECHUGA DE POLLO EMPANADA CON PATATA ASADA 1 ,7 (pollo,leche,harina,pan rallado,ajo,perejil,lechuga,tomate, pepino , AOVE y sal Fruta melón ,/ Pan blanco 1/Agua/Leche 7	POTAJE DE JUDÍAS BLANCAS 7 (Judías , panceta ,pimiento, cebolla, ajo, AOVE) HUEVOS HERVIDOS CON ENSALADA (Huevo,Lechuga,tomate,pepino,maíz,AO VE y sal) Fruta kiwi /Pan Blanco1 /Agua/leche7
LUNES 21	MARTES 22	MIÉRCOLES 23	JUEVES 24	VIERNES 25
LENTEJAS GUIADAS (Lentejas,caldo de carne, zanahoria,puerro,patatas,pimiento,ajo,cebolla,tomate ,AOVE, sal) TORTILLA CON ESPINACAS 3 (Huevo espinacas,AOVE y sal) Fruta manzana/ Pan integral 1/Agua/Leche 7	JUDÍAS VERDES CON PATATA Y JAMÓN 7 (Judías verdes, patata,ajo, jamón, AOVE,sal) BOQUERONES REBOZADOS CON RODAJA DE TOMATE ALIÑADA 4,1 (Boquerones ,harina, tomate,maíz,aceitunas ,AOVE y sal) Fruta plátano/ Pan blanco 1/Agua/Leche7	GUIZO DE GARBANZOS CON FIDEOS (Garbanzos ,fideos ,pollo,jamón,panceta , zanahoria,repollo) ENSALADA DE QUESO 7 (Lechuga, queso fresco, uvas pasas, AOVE y sal) Fruta melocotón/ Pan integral 1/Leche 7	ARROZ PILAF CON PAVO 7 (Arroz, pavo,cebolla ,ajo, AOVE) BACALAO AL HORNO CON ENSALADA ; 1,4 (Pescado,puerro,zahahoria,hojas variadas,tomate,pepino ,zanahoria rallada, AOVE y sal) Fruta manzana/ Pan integral 1/Agua/Leche 7	ENSALADA DE HOJAS VERDES VARIADAS ,4 (Lechugas ,bonito ,tomate, peino, maíz,AOVE y sal LOMO PLANCHA CON PATATAS GAJO AL HORNO 7 (Lomo, patatas, AOVE,y sal) Fruta pera/ Pan blanco 1/Agua/Yogurt 7
LUNES 28	MARTES 29	MIÉRCOLES 30		
MACARRONES CON TOMATE GRATINADOS 1,7 (Pasta,cebolla,tomate,queso rallado, AOVE, sal) TORTILLA FRANCESA CON YORK Y ENSALADA. 3,7 (Huevo, jamón cocido,lechuga,tomate,pepino,maíz,piña,AOVE y sal). Fruta manzana / Pan integral 1/Agua/Leche 7	JUDÍAS BLANCAS ESTOFADAS CON ARROZ (Judías,caldo de caldo de pollo,ajo,cebolla,pimiento,tomate, arroz, AOVE,sal) SALMÓN CON ENSALADA 4 (Salmón, lechuga, tomate,pepino, maíz,AOVE y sal) Fruta plátano/ Pan blanco 1,Agua,Leche ,7	VERDURAS VARIADAS ASADAS (Calabacín ,patata,zanahoria,pimiento rojo, AOVE y sal) MERLUZA REBOZADA CON ENSALADA; 1, 3, 4 (Merluza, harina , lechuga, tomate, maíz ,pepinillos, AOVE y sal) Fruta pera/ Pan integral/ Leche 1,7		

LISTA DE ALÉRGENOS: 1-CEREALES CON GLUTEN, 2-CRUSTÁCEOS, 3-HUEVOS, 4-PESCADOS, 5-CACAHUETES, 6-SOJA, 7-LÁCTEOS, 8-FRUTOS SECOS, 9-APIO, 10-MOSTAZA, 11-SÉSAMO, 12-SULFITOS, 13- ALTRAMUZ, 14-MOLUSCOS

