



MENÚ SEMANAL_mayo 2025



	Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes
Semana 1 Lunes 05-05-25 Viernes 09/05/25	Macarrones con tomate. Magro de cerdo con ensalada de pepino. Fruta fresca 	Judías verdes con patata Palometa en salsa verde Fruta fresca 	Puré de verduras con picatostes. Albóndigas en salsa Fruta 	Lentejas con tomillo Merluza con olivas Fruta fresca 	Arroz con tomate Tortilla con queso y lechuga Fruta fresca 
Calibración 3-6 años	Kcal: 609,6 Hdc: 51,3 Prot: 40,2 Líp: 25,2	Kcal: 586,3 Hdc: 60,1 Prot: 39,4 Líp: 20,2	Kcal: 578,9 Hdc: 57,2 Prot: 39,8 Líp: 22,9	Kcal: 598,4 Hdc: 49,3 Prot: 40,6 Líp: 29,8	Kcal: 601,4 Hdc: 83,8 Prot: 27,6 Líp: 19,3
Calibración 7-12 años	Kcal: 754,7 Hdc: 73,2 Prot: 52,0 Líp: 30,2	Kcal: 798,2 Hdc: 88,8 Prot: 57,7 Líp: 25,7	Kcal: 578,9 Hdc: 57,2 Prot: 39,8 Líp: 22,9	Kcal: 751,2 Hdc: 62,7 Prot: 55,4 Líp: 35,6	Kcal: 789,2 Hdc: 103,2 Prot: 35,4 Líp: 23,8
Semana 2 Lunes 12/05 Viernes 16/05	Ensalada de primavera Pechuga con tomate natural Fruta 	Acelgas con patata Jamón asado en salsa de champiñón Fruta fresca 	Sopa de cocido Salmón con patatas panadera. Fruta fresca 	Paella mixta Tortilla con jamón serrano y lechuga aliñada Fruta fresca 	Garbanzos con verduras. Merluza en salsa con maíz Fruta fresca 
Calibración 3-6 años	Kcal: 609,6 Hdc: 51,3 Prot: 40,2 Líp: 25,2	Kcal: 586,3 Hdc: 60,1 Prot: 39,4 Líp: 20,2	Kcal: 590,4 Hdc: 48,6 Prot: 40,9 Líp: 29,3	Kcal: 530,9 Hdc: 55,2 Prot: 36,3 Líp: 18,2	Kcal: 562,3 Hdc: 62,2 Prot: 25,2 Líp: 22,0
Calibración 7-12 años	Kcal: 754,7 Hdc: 73,2 Prot: 52,0 Líp: 30,2	Kcal: 798,2 Hdc: 88,8 Prot: 57,7 Líp: 25,7	Kcal: 747,3 Hdc: 61,7 Prot: 54,0 Líp: 35,8	Kcal: 741,2 Hdc: 72,6 Prot: 55,6 Líp: 21,9	Kcal: 750,0 Hdc: 75,9 Prot: 33,2 Líp: 25,2
Semana 3 Lunes 19/05 Viernes 23/05	Coditos con queso Lomo al horno con ensalada de remolacha 	Brócoli con patata Bacalao con tomate 	Crema de calabacín con picaostes Pollo asado con lechuga Fruta fresca. 	Ensalada campera Longaniza asada con patata Fruta fresca 	Arroz 3 delicias Calamares con ensalada de vinagrillos. Fruta fresca 
	Kcal: 609,6 Hdc: 51,3 Prot: 40,2 Líp: 25,2	Kcal: 598,4 Hdc: 49,3 Prot: 40,6 Líp: 29,8	Kcal: 586,3 Hdc: 60,1 Prot: 39,4 Líp: 20,2	Kcal: 611,6 Hdc: 85,1 Prot: 24,2 Líp: 21,0	Kcal: 530,2 Hdc: 59,4 Prot: 33,2 Líp: 29,3
Calibración 7-12 años	Kcal: 754,7 Hdc: 73,2 Prot: 52,0 Líp: 30,2	Kcal: 751,2 Hdc: 62,7 Prot: 55,4 Líp: 35,6	Kcal: 798,2 Hdc: 88,8 Prot: 57,7 Líp: 25,7	Kcal: 798,2 Hdc: 110,3 Prot: 33,9 Líp: 22,5	Kcal: 739,4 Hdc: 75,5 Prot: 54,8 Líp: 37,4
Semana 4 Lunes 26/05 - Viernes 30/05	Fideos a la cazuela Cabezada al horno con ensalada de zanahoria Fruta fresca 	Lentejas a la riojana Merluza con aceitunas Fruta fresca 	Borraja con patata Pavo estofado con setas Fruta fresca 	Puré de calabacín Redondo en salsa de naranja Fruta fresca 	Arroz con tomate Tortilla con queso y lechuga aliñada Fruta fresca 
Calibración 3-6 años	Kcal: 561,2 Hdc: 54,5 Prot: 30,7 Líp: 22,1	Kcal: 530,2 Hdc: 59,4 Prot: 33,2 Líp: 29,3	Kcal: 577,3 Hdc: 40,7 Prot: 26,6 Líp: 33,6	Kcal: 578,9 Hdc: 57,2 Prot: 39,8 Líp: 22,9	Kcal: 611,6 Hdc: 85,1 Prot: 24,2 Líp: 21,0
Calibración 7-12 años	Kcal: 768,2 Hdc: 75,9 Prot: 47,3 Líp: 25,9	Kcal: 739,4 Hdc: 75,5 Prot: 54,8 Líp: 37,4	Kcal: 734,2 Hdc: 45,9 Prot: 36,8 Líp: 44,2	Kcal: 578,9 Hdc: 57,2 Prot: 39,8 Líp: 22,9	Kcal: 739,4 Hdc: 75,5 Prot: 54,8 Líp: 37,4