

MES: Abril 2025

CEIP MARÍA ZAMBRANO

Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes	Sábado	Domingo
<p>Contenidos en nutrientes correspondientes a una población escolar entre los 9 y los 13 años. Los valores para el rango de 3 a 8 años corresponden a un 80% de los indicados en este menú. <b>TODOS LOS MENÚS IRÁN ACOMPAÑADOS DE AGUA</b></p>	<p><b>1</b> Garbanzos (eco.) con espinacas con arroz integral Tortilla francesa con atún con ensalada de lechuga, pepino y maíz Fruta y pan integral (* 1º Verdura 2º Carne con Arroz y Fruta)</p> <p>VE:3.235/774 GT:24 GS:3 HC:114 AZ:28 PROT:36 SAL:2</p>	<p><b>2</b> Sopa de estrellas Lomo asado con salsa de manzana con ensalada de lechuga y tomate Fruta y pan (* 1º Verdura 2º Huevos con Legumbres y Lácteos)</p> <p>VE:3.072/735 GT:15 GS:4 HC:86 AZ:31 PROT:40 SAL:2</p>	<p><b>3</b> Alubias pintas estofadas con arroz integral Abadejo a la donostiarra con ensalada de lechuga y remolacha Yogur y pan integral (* 1º Verdura 2º Carne con Patatas y Fruta)</p> <p>VE:3.319/794 GT:31 GS:6 HC:62 AZ:12 PROT:43 SAL:1</p>	<p><b>4</b> Salteado de acelgas frescas (eco.) Pollo a la barbacoa con patatas panaderas Fruta y pan (* 1º Arroz 2º Pescado con Verdura y Fruta)</p> <p>VE:3.256/779 GT:50 GS:3 HC:93 AZ:28 PROT:22 SAL:2</p>	<p><b>5</b> 1º Pasta 2º Huevos con Verdura y Lácteos 1º Verdura 2º Carne con Patatas y Fruta</p>	<p><b>6</b> 1º Verdura 2º Pescado con Pasta y Lácteos 1º Patatas 2º Carne con Verdura y Lácteos</p>
<p><b>7</b> Arroz con salsa de tomate Tortilla francesa con cebolla y calabacín con ensalada de lechuga y maíz Fruta y pan (* 1º Verdura 2º Pescado con Pasta y Fruta)</p> <p>VE:3.076/736 GT:11 GS:1 HC:119 AZ:27 PROT:21 SAL:1</p>	<p><b>8</b> Garbanzos estofados con verduras Suprema de salmón al limón con ensalada de lechuga y aceitunas negras Fruta y pan integral (* 1º Verdura 2º Carne con Patatas y Fruta)</p> <p>VE:3.311/792 GT:22 GS:2 HC:113 AZ:35 PROT:55 SAL:1</p>	<p><b>9</b> Macarrones con salsa de tomate Salteado de cerdo con pisto suave Fruta y pan (* 1º Verdura 2º Pescado con Verdura y Lácteos)</p> <p>VE:3.076/736 GT:2 GS:0 HC:78 AZ:27 PROT:11 SAL:0</p>	<p><b>10</b> Crema de zanahoria Merluza con pil pil de tomate con patatas panaderas Yogur y pan integral (* 1º Arroz 2º Carne con Verdura y Fruta)</p> <p>VE:3.210/768 GT:27 GS:6 HC:67 AZ:15 PROT:34 SAL:1</p>	<p><b>11</b> Lentejas (eco) estofadas con verduras Tortilla francesa con ensalada de lechuga, pimiento y aceitunas negras Fruta y pan (* 1º Verdura 2º Carne con Pasta y Lácteos)</p> <p>VE:3.168/758 GT:19 GS:3 HC:109 AZ:25 PROT:27 SAL:2</p>	<p><b>12</b> 1º Verdura 2º Carne con Patatas y Lácteos 1º Pasta 2º Huevos con Verdura y Fruta</p>	<p><b>13</b> 1º Verdura 2º Pescado con Legumbres y Lácteos 1º Patatas 2º Carne con Verdura y Lácteos</p>
<p><b>14</b> <b>VACACIONES SEMANA SANTA</b> 1º Legumbres 2º Carne con Verdura y Lácteos (* 1º Verdura 2º Huevos con Pasta y Fruta)</p>	<p><b>15</b> <b>VACACIONES SEMANA SANTA</b> 1º Pasta 2º Carne con Verdura y Lácteos (* 1º Verdura 2º Pescado con Arroz y Fruta)</p>	<p><b>16</b> <b>VACACIONES SEMANA SANTA</b> 1º Arroz 2º Carne con Verdura y Lácteos (* 1º Verdura 2º Pescado con Patatas y Fruta)</p>	<p><b>17</b> <b>VACACIONES SEMANA SANTA</b> 1º Verdura 2º Pescado con Patatas y Fruta (* 1º Legumbres 2º Carne con Verdura y Lácteos)</p>	<p><b>18</b> <b>VACACIONES SEMANA SANTA</b> 1º Patatas 2º Huevos con Verdura y Fruta (* 1º Verdura 2º Pescado con Pasta y Fruta)</p>	<p><b>19</b> 1º Arroz 2º Carne con Verdura y Fruta 1º Verdura 2º Pescado con Patatas y Lácteos</p>	<p><b>20</b> 1º Verdura 2º Huevos con Legumbres y Lácteos 1º Pasta 2º Carne con Verdura y Fruta</p>
<p><b>21</b> <b>VACACIONES SEMANA SANTA</b> 1º Arroz 2º Carne con Verdura y Lácteos (* 1º Verdura 2º Pescado con Patatas y Fruta)</p>	<p><b>22</b> Lentejas (eco) estofadas con verduras Tortilla de patatas con ensalada de lechuga, pepino y aceitunas Fruta y pan integral (* 1º Verdura 2º Pescado con Patatas y Lácteos)</p> <p>VE:3.244/776 GT:22 GS:3 HC:122 AZ:26 PROT:30 SAL:2</p>	<p><b>23</b> <b>FESTIVO</b> 1º Pasta 2º Carne con Verdura y Fruta (* 1º Verdura 2º Huevos con Legumbres y Fruta)</p>	<p><b>24</b> Salteado de brócoli con patatas Pollo asado con tomillo con ensalada de lechuga y tomate Yogur y pan integral (* 1º Arroz 2º Pescado con Pasta y Fruta)</p> <p>VE:3.290/787 GT:19 GS:6 HC:47 AZ:13 PROT:48 SAL:1</p>	<p><b>25</b> Alubias pintas estofadas con arroz integral Caballa al horno y aliño de limón con ensalada de lechuga y remolacha Fruta y pan (* 1º Verdura 2º Carne con Pasta y Lácteos)</p> <p>VE:3.311/792 GT:27 GS:5 HC:85 AZ:27 PROT:34 SAL:1</p>	<p><b>26</b> 1º Pasta 2º Carne con Verdura y Fruta 1º Verdura 2º Huevos con Arroz y Lácteos</p>	<p><b>27</b> 1º Verdura 2º Pescado con Patatas y Fruta 1º Patatas 2º Carne con Verdura y Lácteos</p>
<p><b>28</b> Arroz con salsa de tomate Tortilla francesa con atún con ensalada de lechuga y maíz Fruta y pan (* 1º Verdura 2º Pescado con Pasta y Fruta)</p> <p>VE:3.076/736 GT:16 GS:3 HC:116 AZ:25 PROT:26 SAL:1</p>	<p><b>29</b> Garbanzos estofados con espinacas y huevo duro Suprema de salmón al limón con ensalada de lechuga y aceitunas negras Fruta y pan integral (* 1º Verdura 2º Carne con Arroz y Lácteos)</p> <p>VE:3.331/797 GT:14 GS:1 HC:108 AZ:34 PROT:28 SAL:1</p>	<p><b>30</b> Sopa marinera de pescado y fideos Salteado de cerdo con pisto suave Fruta y pan (* 1º Verdura 2º Huevos con Verdura y Lácteos)</p> <p>VE:3.093/740 GT:8 GS:1 HC:84 AZ:26 PROT:29 SAL:1</p>				

(\* Recomendación cena (\*\* Recomendación comida // A partir de 18 meses)

MES: Abril 2025

- Nombre del Colegio -

Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes
ALERGIA A LA MANDARINA	1 Garbanzos (eco.) con espinacas con arroz integral Tortilla francesa con atún con ensalada de lechuga, pepino y maíz Fruta y pan integral VE:3.235/774 GT:24 GS:3 HC:114 AZ:28 PROT:36 SAL:2	2 Sopa de estrellas Lomo asado con salsa de manzana con ensalada de lechuga y tomate Fruta y pan VE:3.072/735 GT:15 GS:4 HC:86 AZ:31 PROT:40 SAL:2	3 Alubias pintas estofadas con arroz integral Abadejo a la donostiarra con ensalada de lechuga y remolacha Yogur y pan integral VE:3.319/794 GT:31 GS:6 HC:62 AZ:12 PROT:43 SAL:1	4 Salteado de acelgas frescas (eco.) Pollo a la barbacoa con patatas panaderas Fruta y pan VE:3.256/779 GT:50 GS:3 HC:93 AZ:28 PROT:22 SAL:2
7 Arroz con salsa de tomate Tortilla francesa con cebolla y calabacín con ensalada de lechuga y maíz Fruta y pan VE:3.076/736 GT:11 GS:1 HC:119 AZ:27 PROT:21 SAL:1	8 Garbanzos estofados con verduras Suprema de salmón al limón con ensalada de lechuga y aceitunas negras Fruta y pan integral VE:3.311/792 GT:22 GS:2 HC:113 AZ:35 PROT:55 SAL:1	9 Macarrones con salsa de tomate Salteado de cerdo con pisto suave Fruta y pan VE:3.076/736 GT:2 GS:0 HC:78 AZ:27 PROT:11 SAL:0	10 Crema de zanahoria Merluza con pil pil de tomate con patatas panaderas Yogur y pan integral VE:3.210/768 GT:27 GS:6 HC:67 AZ:15 PROT:34 SAL:1	11 Lentejas (eco) estofadas con verduras Tortilla francesa con ensalada de lechuga, pimiento y aceitunas negras Fruta y pan VE:3.168/758 GT:19 GS:3 HC:109 AZ:25 PROT:27 SAL:2
14 VACACIONES SEMANA SANTA	15 VACACIONES SEMANA SANTA	16 VACACIONES SEMANA SANTA	17 VACACIONES SEMANA SANTA	18 VACACIONES SEMANA SANTA
21 VACACIONES SEMANA SANTA	22 Lentejas (eco) estofadas con verduras Tortilla de patatas con ensalada de lechuga, pepino y aceitunas Fruta y pan integral VE:3.244/776 GT:22 GS:3 HC:122 AZ:26 PROT:30 SAL:2	23 FESTIVO	24 Salteado de brócoli con patatas Pollo asado con tomillo con ensalada de lechuga y tomate Yogur y pan integral VE:3.290/787 GT:19 GS:6 HC:47 AZ:13 PROT:48 SAL:1	25 Alubias pintas estofadas con arroz integral Caballa al horno y aliño de limón con ensalada de lechuga y remolacha Fruta y pan VE:3.311/792 GT:27 GS:5 HC:85 AZ:27 PROT:34 SAL:1
28 Arroz con salsa de tomate Tortilla francesa con atún con ensalada de lechuga y maíz Fruta y pan VE:3.076/736 GT:16 GS:3 HC:116 AZ:25 PROT:26 SAL:1	29 Garbanzos estofados con espinacas y huevo duro Suprema de salmón al limón con ensalada de lechuga y aceitunas negras Fruta y pan integral VE:3.331/797 GT:14 GS:1 HC:108 AZ:34 PROT:28 SAL:1	30 Sopa marinera de pescado y fideos Salteado de cerdo con pisto suave Fruta y pan VE:3.093/740 GT:8 GS:1 HC:84 AZ:26 PROT:29 SAL:1		

MES: Abril 2025

- Nombre del Colegio -

Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes
	1 Garbanzos estofados con verduras Magro a la plancha con ensalada de lechuga, pepino y maíz Fruta y pan <small>VE:3.235/774 GT:24 GS:3 HC:114 AZ:28 PROT:36 SAL:2</small>	2 Sopa de pasta (sin huevo) Lomo asado con salsa de manzana con ensalada de lechuga y tomate Fruta y pan <small>VE:3.072/735 GT:15 GS:4 HC:86 AZ:31 PROT:40 SAL:2</small>	3 Arroz con salsa de tomate Abadejo a la donostiarra con ensalada de lechuga y remolacha Yogur y pan <small>VE:3.319/794 GT:31 GS:6 HC:62 AZ:12 PROT:43 SAL:1</small>	4 Salteado de acelgas frescas (eco.) Pollo asado con patatas panaderas Fruta y pan <small>VE:3.256/779 GT:50 GS:3 HC:93 AZ:28 PROT:22 SAL:2</small>
7 Arroz con salsa de tomate Pechuga de pollo a la plancha con ensalada de lechuga y maíz Fruta y pan <small>VE:3.076/736 GT:11 GS:1 HC:119 AZ:27 PROT:21 SAL:1</small>	8 Garbanzos estofados con verduras Suprema de salmón al limón con ensalada de lechuga y aceitunas negras Fruta y pan <small>VE:3.311/792 GT:22 GS:2 HC:113 AZ:35 PROT:55 SAL:1</small>	9 Macarrones (sin huevo) con salsa de tomate Salteado de cerdo con pisto suave Fruta y pan <small>VE:3.076/736 GT:2 GS:0 HC:78 AZ:27 PROT:11 SAL:0</small>	10 Crema de zanahoria Merluza con pil pil de tomate con patatas panaderas Yogur y pan <small>VE:3.210/768 GT:27 GS:6 HC:67 AZ:15 PROT:34 SAL:1</small>	11 Patatas estofadas Magro a la plancha con ensalada de lechuga, pimiento y aceitunas negras Fruta y pan <small>VE:3.168/758 GT:19 GS:3 HC:109 AZ:25 PROT:27 SAL:2</small>
14 <b>VACACIONES SEMANA SANTA</b>	15 <b>VACACIONES SEMANA SANTA</b>	16 <b>VACACIONES SEMANA SANTA</b>	17 <b>VACACIONES SEMANA SANTA</b>	18 <b>VACACIONES SEMANA SANTA</b>
21 <b>VACACIONES SEMANA SANTA</b>	22 Verduras salteadas Magro a la plancha con ensalada de lechuga, pepino y aceitunas Fruta y pan <small>VE:3.244/776 GT:22 GS:3 HC:122 AZ:26 PROT:30 SAL:2</small>	23 <b>FESTIVO</b>	24 Salteado de brócoli con patatas Pollo asado con tomillo con ensalada de lechuga y tomate Yogur y pan <small>VE:3.290/787 GT:19 GS:6 HC:47 AZ:13 PROT:48 SAL:1</small>	25 Patatas estofadas Caballa al horno y aliño de limón con ensalada de lechuga y remolacha Fruta y pan <small>VE:3.311/792 GT:27 GS:5 HC:85 AZ:27 PROT:34 SAL:1</small>
28 Arroz con salsa de tomate Estofado de pavo con ensalada de lechuga y maíz Fruta y pan <small>VE:3.076/736 GT:16 GS:3 HC:116 AZ:25 PROT:26 SAL:1</small>	29 Garbanzos estofados con espinacas y huevo duro Suprema de salmón al limón con ensalada de lechuga y aceitunas negras Fruta y pan <small>VE:3.331/797 GT:14 GS:1 HC:108 AZ:34 PROT:28 SAL:1</small>	30 Sopa de pasta (sin huevo) Salteado de cerdo con pisto suave Fruta y pan <small>VE:3.093/740 GT:8 GS:1 HC:84 AZ:26 PROT:29 SAL:1</small>		

MES: Abril 2025

- Nombre del Colegio -

Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes
ALERGIA A LTP	1 Garbanzos (eco.) con espinacas con arroz integral Tortilla francesa con atún con ensalada de lechuga, pepino y maíz Fruta y pan VE:3.235/774 GT:24 GS:3 HC:114 AZ:28 PROT:36 SAL:2	2 Sopa de estrellas Lomo asado con salsa de manzana con ensalada de lechuga y tomate Fruta y pan VE:3.072/735 GT:15 GS:4 HC:86 AZ:31 PROT:40 SAL:2	3 Alubias pintas estofadas con arroz integral Abadejo a la donostiarra con ensalada de lechuga y remolacha Yogur y pan VE:3.319/794 GT:31 GS:6 HC:62 AZ:12 PROT:43 SAL:1	4 Salteado de acelgas frescas (eco.) Pollo a la barbacoa con patatas panaderas Fruta y pan VE:3.256/779 GT:50 GS:3 HC:93 AZ:28 PROT:22 SAL:2
7 Arroz con salsa de tomate Tortilla francesa con cebolla y calabacín con ensalada de lechuga y maíz Fruta y pan VE:3.076/736 GT:11 GS:1 HC:119 AZ:27 PROT:21 SAL:1	8 Garbanzos estofados con verduras Suprema de salmón al limón con ensalada de lechuga y aceitunas negras Fruta y pan VE:3.311/792 GT:22 GS:2 HC:113 AZ:35 PROT:55 SAL:1	9 Macarrones con salsa de tomate Salteado de cerdo con pisto suave Fruta y pan VE:3.076/736 GT:2 GS:0 HC:78 AZ:27 PROT:11 SAL:0	10 Crema de zanahoria Merluza con pil pil de tomate con patatas panaderas Yogur y pan VE:3.210/768 GT:27 GS:6 HC:67 AZ:15 PROT:34 SAL:1	11 Lentejas (eco) estofadas con verduras Tortilla francesa con ensalada de lechuga y aceitunas negras Fruta y pan VE:3.168/758 GT:19 GS:3 HC:109 AZ:25 PROT:27 SAL:2
14 VACACIONES SEMANA SANTA	15 VACACIONES SEMANA SANTA	16 VACACIONES SEMANA SANTA	17 VACACIONES SEMANA SANTA	18 VACACIONES SEMANA SANTA
21 VACACIONES SEMANA SANTA	22 Lentejas (eco) estofadas con verduras Tortilla de patatas con ensalada de lechuga, pepino y aceitunas Fruta y pan VE:3.244/776 GT:22 GS:3 HC:122 AZ:26 PROT:30 SAL:2	23 FESTIVO	24 Salteado de brócoli con patatas Pollo asado con tomillo con ensalada de lechuga y tomate Yogur y pan VE:3.290/787 GT:19 GS:6 HC:47 AZ:13 PROT:48 SAL:1	25 Alubias pintas estofadas con arroz integral Caballa al horno y aliño de limón con ensalada de lechuga y remolacha Fruta y pan VE:3.311/792 GT:27 GS:5 HC:85 AZ:27 PROT:34 SAL:1
28 Arroz con salsa de tomate Tortilla francesa con atún con ensalada de lechuga y maíz Fruta y pan VE:3.076/736 GT:16 GS:3 HC:116 AZ:25 PROT:26 SAL:1	29 Garbanzos estofados con espinacas y huevo duro Suprema de salmón al limón con ensalada de lechuga y aceitunas negras Fruta y pan VE:3.331/797 GT:14 GS:1 HC:108 AZ:34 PROT:28 SAL:1	30 Sopa de fideos Salteado de cerdo con pisto suave Fruta y pan VE:3.093/740 GT:8 GS:1 HC:84 AZ:26 PROT:29 SAL:1		

## Menú Adaptado

MES: Abril 2025

- Nombre del Colegio -

Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes
ALERGIA AL MELOCOTON,FRUTAS CON HUESO , LTP (PIEL DE FRUTAS)	1 Garbanzos (eco.) con espinacas con arroz integral Tortilla francesa con atún con ensalada de lechuga, pepino y maiz Fruta y pan integral VE:3.235/774 GT:24 GS:3 HC:114 AZ:28 PROT:36 SAL:2	2 Sopa de estrellas Lomo asado con salsa de manzana con ensalada de lechuga y tomate Fruta y pan VE:3.072/735 GT:15 GS:4 HC:86 AZ:31 PROT:40 SAL:2	3 Alubias pintas estofadas con arroz integral Abadejo a la donostiarra con ensalada de lechuga y remolacha Yogur y pan integral VE:3.319/794 GT:31 GS:6 HC:62 AZ:12 PROT:43 SAL:1	4 Salteado de acelgas frescas (eco.) Pollo a la barbacoa con patatas panaderas Fruta y pan VE:3.256/779 GT:50 GS:3 HC:93 AZ:28 PROT:22 SAL:2
7 Arroz con salsa de tomate Tortilla francesa con cebolla y calabacín con ensalada de lechuga y maíz Fruta y pan VE:3.076/736 GT:11 GS:1 HC:119 AZ:27 PROT:21 SAL:1	8 Garbanzos estofados con verduras Suprema de salmón al limón con ensalada de lechuga y aceitunas negras Fruta y pan integral VE:3.311/792 GT:22 GS:2 HC:113 AZ:35 PROT:55 SAL:1	9 Macarrones con salsa de tomate Salteado de cerdo con pisto suave Fruta y pan VE:3.076/736 GT:2 GS:0 HC:78 AZ:27 PROT:11 SAL:0	10 Crema de zanahoria Merluza con pil pil de tomate con patatas panaderas Yogur y pan integral VE:3.210/768 GT:27 GS:6 HC:67 AZ:15 PROT:34 SAL:1	11 Lentejas (eco) estofadas con verduras Tortilla francesa con ensalada de lechuga, pimienta y aceitunas negras Fruta y pan VE:3.168/758 GT:19 GS:3 HC:109 AZ:25 PROT:27 SAL:2
14 <b>VACACIONES SEMANA SANTA</b>	15 <b>VACACIONES SEMANA SANTA</b>	16 <b>VACACIONES SEMANA SANTA</b>	17 <b>VACACIONES SEMANA SANTA</b>	18 <b>VACACIONES SEMANA SANTA</b>
21 <b>VACACIONES SEMANA SANTA</b>	22 Lentejas (eco) estofadas con verduras Tortilla de patatas con ensalada de lechuga, pepino y aceitunas Fruta y pan integral VE:3.244/776 GT:22 GS:3 HC:122 AZ:26 PROT:30 SAL:2	23 <b>FESTIVO</b>	24 Salteado de brócoli con patatas Pollo asado con tomillo con ensalada de lechuga y tomate Yogur y pan integral VE:3.290/787 GT:19 GS:6 HC:47 AZ:13 PROT:48 SAL:1	25 Alubias pintas estofadas con arroz integral Caballa al horno y aliño de limón con ensalada de lechuga y remolacha Fruta y pan VE:3.311/792 GT:27 GS:5 HC:85 AZ:27 PROT:34 SAL:1
28 Arroz con salsa de tomate Tortilla francesa con atún con ensalada de lechuga y maíz Fruta y pan VE:3.076/736 GT:16 GS:3 HC:116 AZ:25 PROT:26 SAL:1	29 Garbanzos estofados con espinacas y huevo duro Suprema de salmón al limón con ensalada de lechuga y aceitunas negras Fruta y pan integral VE:3.331/797 GT:14 GS:1 HC:108 AZ:34 PROT:28 SAL:1	30 Sopa marinera de pescado y fideos Salteado de cerdo con pisto suave Fruta y pan VE:3.093/740 GT:8 GS:1 HC:84 AZ:26 PROT:29 SAL:1		

## Menú Adaptado

MES: Abril 2025

- Nombre del Colegio -

Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes
ALERGIA LOS FRUTOS SECOS, LTP (PIEL DE FRUTAS)	<b>1</b> Garbanzos (eco.) con espinacas con arroz integral Tortilla francesa con atún con ensalada de lechuga, pepino y maíz Fruta y pan <small>VE:3.235/774 GT:24 GS:3 HC:114 AZ:28 PROT:36 SAL:2</small>	<b>2</b> Sopa de estrellas Lomo asado con salsa de manzana con ensalada de lechuga y tomate Fruta y pan <small>VE:3.072/735 GT:15 GS:4 HC:86 AZ:31 PROT:40 SAL:2</small>	<b>3</b> Alubias pintas estofadas con arroz integral Abadejo a la donostiarra con ensalada de lechuga y remolacha Yogur y pan <small>VE:3.319/794 GT:31 GS:6 HC:62 AZ:12 PROT:43 SAL:1</small>	<b>4</b> Salteado de acelgas frescas (eco.) Pollo a la barbacoa con patatas panaderas Fruta y pan <small>VE:3.256/779 GT:50 GS:3 HC:93 AZ:28 PROT:22 SAL:2</small>
<b>7</b> Arroz con salsa de tomate Tortilla francesa con cebolla y calabacín con ensalada de lechuga y maíz Fruta y pan <small>VE:3.076/736 GT:11 GS:1 HC:119 AZ:27 PROT:21 SAL:1</small>	<b>8</b> Garbanzos estofados con verduras Suprema de salmón al limón con ensalada de lechuga y aceitunas negras Fruta y pan <small>VE:3.311/792 GT:22 GS:2 HC:113 AZ:35 PROT:55 SAL:1</small>	<b>9</b> Macarrones con salsa de tomate Salteado de cerdo con pisto suave Fruta y pan <small>VE:3.076/736 GT:2 GS:0 HC:78 AZ:27 PROT:11 SAL:0</small>	<b>10</b> Crema de zanahoria Merluza con pil pil de tomate con patatas panaderas Yogur y pan <small>VE:3.210/768 GT:27 GS:6 HC:67 AZ:15 PROT:34 SAL:1</small>	<b>11</b> Lentejas (eco) estofadas con verduras Tortilla francesa con ensalada de lechuga, pimiento y aceitunas negras Fruta y pan <small>VE:3.168/758 GT:19 GS:3 HC:109 AZ:25 PROT:27 SAL:2</small>
<b>14</b> <b>VACACIONES SEMANA SANTA</b>	<b>15</b> <b>VACACIONES SEMANA SANTA</b>	<b>16</b> <b>VACACIONES SEMANA SANTA</b>	<b>17</b> <b>VACACIONES SEMANA SANTA</b>	<b>18</b> <b>VACACIONES SEMANA SANTA</b>
<b>21</b> <b>VACACIONES SEMANA SANTA</b>	<b>22</b> Lentejas (eco) estofadas con verduras Tortilla de patatas con ensalada de lechuga, pepino y aceitunas Fruta y pan <small>VE:3.244/776 GT:22 GS:3 HC:122 AZ:26 PROT:30 SAL:2</small>	<b>23</b> <b>FESTIVO</b>	<b>24</b> Salteado de brócoli con patatas Pollo asado con tomillo con ensalada de lechuga y tomate Yogur y pan <small>VE:3.290/787 GT:19 GS:6 HC:47 AZ:13 PROT:48 SAL:1</small>	<b>25</b> Alubias pintas estofadas con arroz integral Caballa al horno y aliño de limón con ensalada de lechuga y remolacha Fruta y pan <small>VE:3.311/792 GT:27 GS:5 HC:85 AZ:27 PROT:34 SAL:1</small>
<b>28</b> Arroz con salsa de tomate Tortilla francesa con atún con ensalada de lechuga y maíz Fruta y pan <small>VE:3.076/736 GT:16 GS:3 HC:116 AZ:25 PROT:26 SAL:1</small>	<b>29</b> Garbanzos estofados con espinacas y huevo duro Suprema de salmón al limón con ensalada de lechuga y aceitunas negras Fruta y pan <small>VE:3.331/797 GT:14 GS:1 HC:108 AZ:34 PROT:28 SAL:1</small>	<b>30</b> Sopa de fideos Salteado de cerdo con pisto suave Fruta y pan <small>VE:3.093/740 GT:8 GS:1 HC:84 AZ:26 PROT:29 SAL:1</small>		

MES: Abril 2025

- Nombre del Colegio -

Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes
ALERGICO AL HUEVO CRUDO, SI QUE PUEDE PASTA	<b>1</b> Garbanzos (eco.) con espinacas con arroz integral Magro a la plancha con ensalada de lechuga, pepino y maíz Fruta y pan integral VE:3.235/774 GT:24 GS:3 HC:114 AZ:28 PROT:36 SAL:2	<b>2</b> Sopa de estrellas Lomo asado con salsa de manzana con ensalada de lechuga y tomate Fruta y pan VE:3.072/735 GT:15 GS:4 HC:86 AZ:31 PROT:40 SAL:2	<b>3</b> Alubias pintas estofadas con arroz integral Abadejo a la donostiarra con ensalada de lechuga y remolacha Yogur y pan integral VE:3.319/794 GT:31 GS:6 HC:62 AZ:12 PROT:43 SAL:1	<b>4</b> Salteado de acelgas frescas (eco.) Pollo a la barbacoa con patatas panaderas Fruta y pan VE:3.256/779 GT:50 GS:3 HC:93 AZ:28 PROT:22 SAL:2
<b>7</b> Arroz con salsa de tomate Pechuga de pollo a la plancha con ensalada de lechuga y maíz Fruta y pan VE:3.076/736 GT:11 GS:1 HC:119 AZ:27 PROT:21 SAL:1	<b>8</b> Garbanzos estofados con verduras Suprema de salmón al limón con ensalada de lechuga y aceitunas negras Fruta y pan integral VE:3.311/792 GT:22 GS:2 HC:113 AZ:35 PROT:55 SAL:1	<b>9</b> Macarrones con salsa de tomate Salteado de cerdo con pisto suave Fruta y pan VE:3.076/736 GT:2 GS:0 HC:78 AZ:27 PROT:11 SAL:0	<b>10</b> Crema de zanahoria Merluza con pil pil de tomate con patatas panaderas Yogur y pan integral VE:3.210/768 GT:27 GS:6 HC:67 AZ:15 PROT:34 SAL:1	<b>11</b> Lentejas (eco) estofadas con verduras Magro a la plancha con ensalada de lechuga, pimiento y aceitunas negras Fruta y pan VE:3.168/758 GT:19 GS:3 HC:109 AZ:25 PROT:27 SAL:2
<b>14</b> <b>VACACIONES SEMANA SANTA</b>	<b>15</b> <b>VACACIONES SEMANA SANTA</b>	<b>16</b> <b>VACACIONES SEMANA SANTA</b>	<b>17</b> <b>VACACIONES SEMANA SANTA</b>	<b>18</b> <b>VACACIONES SEMANA SANTA</b>
<b>21</b> <b>VACACIONES SEMANA SANTA</b>	<b>22</b> Lentejas (eco) estofadas con verduras Magro a la plancha con ensalada de lechuga, pepino y aceitunas Fruta y pan integral VE:3.244/776 GT:22 GS:3 HC:122 AZ:26 PROT:30 SAL:2	<b>23</b> <b>FESTIVO</b>	<b>24</b> Salteado de brócoli con patatas Pollo asado con tomillo con ensalada de lechuga y tomate Yogur y pan integral VE:3.290/787 GT:19 GS:6 HC:47 AZ:13 PROT:48 SAL:1	<b>25</b> Alubias pintas estofadas con arroz integral Caballa al horno y aliño de limón con ensalada de lechuga y remolacha Fruta y pan VE:3.311/792 GT:27 GS:5 HC:85 AZ:27 PROT:34 SAL:1
<b>28</b> Arroz con salsa de tomate Estofado de pavo con ensalada de lechuga y maíz Fruta y pan VE:3.076/736 GT:16 GS:3 HC:116 AZ:25 PROT:26 SAL:1	<b>29</b> Garbanzos estofados con verduras Suprema de salmón al limón con ensalada de lechuga y aceitunas negras Fruta y pan integral VE:3.331/797 GT:14 GS:1 HC:108 AZ:34 PROT:28 SAL:1	<b>30</b> Sopa marinera de pescado y fideos Salteado de cerdo con pisto suave Fruta y pan VE:3.093/740 GT:8 GS:1 HC:84 AZ:26 PROT:29 SAL:1		

MES: Abril 2025

- Nombre del Colegio -

Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes
ALERGICO AL HUEVO POCO HECHO, LENGUADO, GALLO, FRUTOS SECOS Y TODAS LAS LEGUMBRES EXCEPTO JUDIAS BLANCAS, PUEDE COMER SOJA	1 Patatas estofadas Magro a la plancha con ensalada de lechuga, pepino y maíz Fruta y pan <small>VE:3.235/774 GT:24 GS:3 HC:114 AZ:28 PROT:36 SAL:2</small>	2 Sopa de estrellas Lomo asado con salsa de manzana con ensalada de lechuga y tomate Fruta y pan <small>VE:3.072/735 GT:15 GS:4 HC:86 AZ:31 PROT:40 SAL:2</small>	3 Arroz con salsa de tomate Filete de merluza a la plancha con ensalada de lechuga y remolacha Yogur y pan <small>VE:3.319/794 GT:31 GS:6 HC:62 AZ:12 PROT:43 SAL:1</small>	4 Salteado de acelgas frescas (eco.) Pollo asado con patatas panaderas Fruta y pan <small>VE:3.256/779 GT:50 GS:3 HC:93 AZ:28 PROT:22 SAL:2</small>
7 Arroz con salsa de tomate Pechuga de pollo a la plancha con ensalada de lechuga y maíz Fruta y pan <small>VE:3.076/736 GT:11 GS:1 HC:119 AZ:27 PROT:21 SAL:1</small>	8 - Verduras salteadas Suprema de salmón al limón con ensalada de lechuga y aceitunas negras Fruta y pan <small>VE:3.311/792 GT:22 GS:2 HC:113 AZ:35 PROT:55 SAL:1</small>	9 Macarrones con salsa de tomate Salteado de cerdo con pisto suave Fruta y pan <small>VE:3.076/736 GT:2 GS:0 HC:78 AZ:27 PROT:11 SAL:0</small>	10 Crema de zanahoria Merluza con pil pil de tomate con patatas panaderas Yogur y pan <small>VE:3.210/768 GT:27 GS:6 HC:67 AZ:15 PROT:34 SAL:1</small>	11 Patatas estofadas Magro a la plancha con ensalada de lechuga, pimiento y aceitunas negras Fruta y pan <small>VE:3.168/758 GT:19 GS:3 HC:109 AZ:25 PROT:27 SAL:2</small>
14 <b>VACACIONES SEMANA SANTA</b>	15 <b>VACACIONES SEMANA SANTA</b>	16 <b>VACACIONES SEMANA SANTA</b>	17 <b>VACACIONES SEMANA SANTA</b>	18 <b>VACACIONES SEMANA SANTA</b>
21 <b>VACACIONES SEMANA SANTA</b>	22 Verduras salteadas Magro a la plancha con ensalada de lechuga, pepino y aceitunas Fruta y pan <small>VE:3.244/776 GT:22 GS:3 HC:122 AZ:26 PROT:30 SAL:2</small>	23 <b>FESTIVO</b>	24 Salteado de brócoli con patatas Pollo asado con tomillo con ensalada de lechuga y tomate Yogur y pan <small>VE:3.290/787 GT:19 GS:6 HC:47 AZ:13 PROT:48 SAL:1</small>	25 Patatas estofadas Caballa al horno y aliño de limón con ensalada de lechuga y remolacha Fruta y pan <small>VE:3.311/792 GT:27 GS:5 HC:85 AZ:27 PROT:34 SAL:1</small>
28 Arroz con salsa de tomate Estofado de pavo con ensalada de lechuga y maíz Fruta y pan <small>VE:3.076/736 GT:16 GS:3 HC:116 AZ:25 PROT:26 SAL:1</small>	29 Crema de zanahoria Suprema de salmón al limón con ensalada de lechuga y aceitunas negras Fruta y pan <small>VE:3.331/797 GT:14 GS:1 HC:108 AZ:34 PROT:28 SAL:1</small>	30 Sopa de fideos Salteado de cerdo con pisto suave Fruta y pan <small>VE:3.093/740 GT:8 GS:1 HC:84 AZ:26 PROT:29 SAL:1</small>		

MES: Abril 2025

- Nombre del Colegio -

Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes
<p>Contenidos en nutrientes correspondientes a una población escolar entre los 9 y los 13 años. Los valores para el rango de 3 a 8 años corresponden a un 80% de los indicados en este menú. TODOS LOS MENÚS IRÁN ACOMPAÑADOS DE AGUA</p>	<p><b>1</b> Garbanzos (eco.) con espinacas con arroz integral Tortilla francesa con atún con ensalada de lechuga, pepino y maíz Fruta y pan (sin gluten) VE:3.235/774 GT:24 GS:3 HC:114 AZ:28 PROT:36 SAL:2</p>	<p><b>2</b> Sopa de pasta (sin gluten) Lomo asado con salsa de manzana con ensalada de lechuga y tomate Fruta y pan (sin gluten) VE:3.072/735 GT:15 GS:4 HC:86 AZ:31 PROT:40 SAL:2</p>	<p><b>3</b> Alubias pintas estofadas con arroz integral Abadejo a la donostiarra con ensalada de lechuga y remolacha Yogur y pan (sin gluten) VE:3.319/794 GT:31 GS:6 HC:62 AZ:12 PROT:43 SAL:1</p>	<p><b>4</b> Salteado de acelgas frescas (eco.) Pollo a la barbacoa con patatas panaderas Fruta y pan (sin gluten) VE:3.256/779 GT:50 GS:3 HC:93 AZ:28 PROT:22 SAL:2</p>
<p><b>7</b> Arroz con salsa de tomate Tortilla francesa con cebolla y calabacín con ensalada de lechuga y maíz Fruta y pan (sin gluten) VE:3.076/736 GT:11 GS:1 HC:119 AZ:27 PROT:21 SAL:1</p>	<p><b>8</b> Garbanzos estofados con verduras Suprema de salmón al limón con ensalada de lechuga y aceitunas negras Fruta y pan (sin gluten) VE:3.311/792 GT:22 GS:2 HC:113 AZ:35 PROT:55 SAL:1</p>	<p><b>9</b> Macarrones (sin gluten) con salsa de tomate Salteado de cerdo con pisto suave Fruta y pan (sin gluten) VE:3.076/736 GT:2 GS:0 HC:78 AZ:27 PROT:11 SAL:0</p>	<p><b>10</b> Crema de zanahoria Merluza con pil pil de tomate con patatas panaderas Yogur y pan (sin gluten) VE:3.210/768 GT:27 GS:6 HC:67 AZ:15 PROT:34 SAL:1</p>	<p><b>11</b> Patatas estofadas Tortilla francesa con ensalada de lechuga, pimiento y aceitunas negras Fruta y pan (sin gluten) VE:3.168/758 GT:19 GS:3 HC:109 AZ:25 PROT:27 SAL:2</p>
<p><b>14</b> <b>VACACIONES SEMANA SANTA</b></p>	<p><b>15</b> <b>VACACIONES SEMANA SANTA</b></p>	<p><b>16</b> <b>VACACIONES SEMANA SANTA</b></p>	<p><b>17</b> <b>VACACIONES SEMANA SANTA</b></p>	<p><b>18</b> <b>VACACIONES SEMANA SANTA</b></p>
<p><b>21</b> <b>VACACIONES SEMANA SANTA</b></p>	<p><b>22</b> Verduras salteadas Tortilla de patatas con ensalada de lechuga, pepino y aceitunas Fruta y pan (sin gluten) VE:3.244/776 GT:22 GS:3 HC:122 AZ:26 PROT:30 SAL:2</p>	<p><b>23</b> <b>FESTIVO</b></p>	<p><b>24</b> Salteado de brócoli con patatas Pollo asado con tomillo con ensalada de lechuga y tomate Yogur y pan (sin gluten) VE:3.290/787 GT:19 GS:6 HC:47 AZ:13 PROT:48 SAL:1</p>	<p><b>25</b> Alubias pintas estofadas con arroz integral Caballa al horno y aliño de limón con ensalada de lechuga y remolacha Fruta y pan (sin gluten) VE:3.311/792 GT:27 GS:5 HC:85 AZ:27 PROT:34 SAL:1</p>
<p><b>28</b> Arroz con salsa de tomate Tortilla francesa con atún con ensalada de lechuga y maíz Fruta y pan (sin gluten) VE:3.076/736 GT:16 GS:3 HC:116 AZ:25 PROT:26 SAL:1</p>	<p><b>29</b> Garbanzos estofados con espinacas y huevo duro Suprema de salmón al limón con ensalada de lechuga y aceitunas negras Fruta y pan (sin gluten) VE:3.331/797 GT:14 GS:1 HC:108 AZ:34 PROT:28 SAL:1</p>	<p><b>30</b> Sopa de pasta (sin gluten) Salteado de cerdo con pisto suave Fruta y pan (sin gluten) VE:3.093/740 GT:8 GS:1 HC:84 AZ:26 PROT:29 SAL:1</p>		

MES: Abril 2025

- Nombre del Colegio -

Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes
<p>Contenidos en nutrientes correspondientes a una población escolar entre los 9 y los 13 años. Los valores para el rango de 3 a 8 años corresponden a un 80% de los indicados en este menú. TODOS LOS MENÚS IRÁN ACOMPAÑADOS DE AGUA</p>	<p><b>1</b>  <b>Garbanzos (eco.) con espinacas con arroz integral</b>                      Tortilla francesa con atún con ensalada de lechuga, pepino y maíz                      Fruta y <b>pan integral</b></p> <p>VE:3.235/774 GT:24 GS:3 HC:114 AZ:28 PROT:36 SAL:2</p>	<p><b>2</b>                      Sopa de estrellas                      Lomo asado con salsa de manzana con ensalada de lechuga y tomate                      Fruta y pan</p> <p>VE:3.072/735 GT:15 GS:4 HC:86 AZ:31 PROT:40 SAL:2</p>	<p><b>3</b>  <b>Alubias pintas estofadas con arroz integral</b>                      Abadejo a la donostiarra con ensalada de lechuga y remolacha                      Yogur desnatado y <b>pan integral</b></p> <p>VE:3.319/794 GT:31 GS:6 HC:62 AZ:12 PROT:43 SAL:1</p>	<p><b>4</b>  <b>Salteado de acelgas frescas (eco.)</b>                      Pollo asado con patatas panaderas                      Fruta y pan</p> <p>VE:3.256/779 GT:50 GS:3 HC:93 AZ:28 PROT:22 SAL:2</p>
<p><b>7</b>                      Arroz con salsa de tomate                      Tortilla francesa con cebolla y calabacín con ensalada de lechuga y maíz                      Fruta y pan</p> <p>VE:3.076/736 GT:11 GS:1 HC:119 AZ:27 PROT:21 SAL:1</p>	<p><b>8</b>                      Garbanzos estofados con verduras                      Suprema de salmón al limón con ensalada de lechuga y aceitunas negras                      Fruta y <b>pan integral</b></p> <p>VE:3.311/792 GT:22 GS:2 HC:113 AZ:35 PROT:55 SAL:1</p>	<p><b>9</b>                      Macarrones con salsa de tomate                      Salteado de cerdo con pisto suave                      Fruta y pan</p> <p>VE:3.076/736 GT:2 GS:0 HC:78 AZ:27 PROT:11 SAL:0</p>	<p><b>10</b>                      Crema de zanahoria                      Filete de merluza a la plancha con patatas panaderas                      Yogur desnatado y <b>pan integral</b></p> <p>VE:3.210/768 GT:27 GS:6 HC:67 AZ:15 PROT:34 SAL:1</p>	<p><b>11</b>  <b>Lentejas (eco) estofadas con verduras</b>                      Tortilla francesa con ensalada de lechuga, pimiento y aceitunas negras                      Fruta y pan</p> <p>VE:3.168/758 GT:19 GS:3 HC:109 AZ:25 PROT:27 SAL:2</p>
<p><b>14</b>  <b>VACACIONES SEMANA SANTA</b></p>	<p><b>15</b>  <b>VACACIONES SEMANA SANTA</b></p>	<p><b>16</b>  <b>VACACIONES SEMANA SANTA</b></p>	<p><b>17</b>  <b>VACACIONES SEMANA SANTA</b></p>	<p><b>18</b>  <b>VACACIONES SEMANA SANTA</b></p>
<p><b>21</b>  <b>VACACIONES SEMANA SANTA</b></p>	<p><b>22</b>  <b>Lentejas (eco) estofadas con verduras</b>                      Tortilla francesa con ensalada de lechuga, pepino y aceitunas                      Fruta y <b>pan integral</b></p> <p>VE:3.244/776 GT:22 GS:3 HC:122 AZ:26 PROT:30 SAL:2</p>	<p><b>23</b>  <b>FESTIVO</b></p>	<p><b>24</b>                      Salteado de brócoli con patatas                      Pollo asado con tomillo con ensalada de lechuga y tomate                      Yogur desnatado y <b>pan integral</b></p> <p>VE:3.290/787 GT:19 GS:6 HC:47 AZ:13 PROT:48 SAL:1</p>	<p><b>25</b>  <b>Alubias pintas estofadas con arroz integral</b>                      Caballa al horno y aliño de limón con ensalada de lechuga y remolacha                      Fruta y pan</p> <p>VE:3.311/792 GT:27 GS:5 HC:85 AZ:27 PROT:34 SAL:1</p>
<p><b>28</b>                      Arroz con salsa de tomate                      Tortilla francesa con atún con ensalada de lechuga y maíz                      Fruta y pan</p> <p>VE:3.076/736 GT:16 GS:3 HC:116 AZ:25 PROT:26 SAL:1</p>	<p><b>29</b>                      Garbanzos estofados con espinacas y huevo duro                      Suprema de salmón al limón con ensalada de lechuga y aceitunas negras                      Fruta y <b>pan integral</b></p> <p>VE:3.331/797 GT:14 GS:1 HC:108 AZ:34 PROT:28 SAL:1</p>	<p><b>30</b>                      Sopa marinera de pescado y fideos                      Salteado de cerdo con pisto suave                      Fruta y pan</p> <p>VE:3.093/740 GT:8 GS:1 HC:84 AZ:26 PROT:29 SAL:1</p>		

## Menú Adaptado

MES: Abril 2025

- Nombre del Colegio -

Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes
ALERGIA A LA BERENJENA	<p><b>1</b>                      Garbanzos (eco.) con espinacas con arroz integral                      Tortilla francesa con atún con ensalada de lechuga, pepino y maíz                      Fruta y pan integral                      VE:3.235/774 GT:24 GS:3 HC:114 AZ:28 PROT:36 SAL:2</p>	<p><b>2</b>                      Sopa de estrellas                      Lomo asado con salsa de manzana con ensalada de lechuga y tomate                      Fruta y pan                      VE:3.072/735 GT:15 GS:4 HC:86 AZ:31 PROT:40 SAL:2</p>	<p><b>3</b>                      Alubias pintas estofadas con arroz integral                      Abadejo a la donostiarra con ensalada de lechuga y remolacha                      Yogur y pan integral                      VE:3.319/794 GT:31 GS:6 HC:62 AZ:12 PROT:43 SAL:1</p>	<p><b>4</b>                      Salteado de acelgas frescas (eco.)                      Pollo a la barbacoa con patatas panaderas                      Fruta y pan                      VE:3.256/779 GT:50 GS:3 HC:93 AZ:28 PROT:22 SAL:2</p>
<p><b>7</b>                      Arroz con salsa de tomate                      Tortilla francesa con cebolla y calabacín con ensalada de lechuga y maíz                      Fruta y pan                      VE:3.076/736 GT:11 GS:1 HC:119 AZ:27 PROT:21 SAL:1</p>	<p><b>8</b>                      Garbanzos estofados con verduras                      Suprema de salmón al limón con ensalada de lechuga y aceitunas negras                      Fruta y pan integral                      VE:3.311/792 GT:22 GS:2 HC:113 AZ:35 PROT:55 SAL:1</p>	<p><b>9</b>                      Macarrones con salsa de tomate                      Salteado de cerdo con pisto suave                      Fruta y pan                      VE:3.076/736 GT:2 GS:0 HC:78 AZ:27 PROT:11 SAL:0</p>	<p><b>10</b>                      Crema de zanahoria                      Merluza con pil pil de tomate con patatas panaderas                      Yogur y pan integral                      VE:3.210/768 GT:27 GS:6 HC:67 AZ:15 PROT:34 SAL:1</p>	<p><b>11</b>                      Lentejas (eco) estofadas con verduras                      Tortilla francesa con ensalada de lechuga, pimiento y aceitunas negras                      Fruta y pan                      VE:3.168/758 GT:19 GS:3 HC:109 AZ:25 PROT:27 SAL:2</p>
<p><b>14</b>                      VACACIONES SEMANA SANTA</p>	<p><b>15</b>                      VACACIONES SEMANA SANTA</p>	<p><b>16</b>                      VACACIONES SEMANA SANTA</p>	<p><b>17</b>                      VACACIONES SEMANA SANTA</p>	<p><b>18</b>                      VACACIONES SEMANA SANTA</p>
<p><b>21</b>                      VACACIONES SEMANA SANTA</p>	<p><b>22</b>                      Lentejas (eco) estofadas con verduras                      Tortilla de patatas con ensalada de lechuga, pepino y aceitunas                      Fruta y pan integral                      VE:3.244/776 GT:22 GS:3 HC:122 AZ:26 PROT:30 SAL:2</p>	<p><b>23</b>                      FESTIVO</p>	<p><b>24</b>                      Salteado de brócoli con patatas                      Pollo asado con tomillo con ensalada de lechuga y tomate                      Yogur y pan integral                      VE:3.290/787 GT:19 GS:6 HC:47 AZ:13 PROT:48 SAL:1</p>	<p><b>25</b>                      Alubias pintas estofadas con arroz integral                      Caballa al horno y aliño de limón con ensalada de lechuga y remolacha                      Fruta y pan                      VE:3.311/792 GT:27 GS:5 HC:85 AZ:27 PROT:34 SAL:1</p>
<p><b>28</b>                      Arroz con salsa de tomate                      Tortilla francesa con atún con ensalada de lechuga y maíz                      Fruta y pan                      VE:3.076/736 GT:16 GS:3 HC:116 AZ:25 PROT:26 SAL:1</p>	<p><b>29</b>                      Garbanzos estofados con espinacas y huevo duro                      Suprema de salmón al limón con ensalada de lechuga y aceitunas negras                      Fruta y pan integral                      VE:3.331/797 GT:14 GS:1 HC:108 AZ:34 PROT:28 SAL:1</p>	<p><b>30</b>                      Sopa marinera de pescado y fideos                      Salteado de cerdo con pisto suave                      Fruta y pan                      VE:3.093/740 GT:8 GS:1 HC:84 AZ:26 PROT:29 SAL:1</p>		

# Menú Adaptado

MES: Abril 2025

- Nombre del Colegio -

Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes
ALERGICO A LAS FRUTAS CON HUESO	<b>1</b> Garbanzos (eco.) con espinacas con arroz integral Tortilla francesa con atún con ensalada de lechuga, pepino y maíz Fruta y pan integral <small>VE:3.235/774 GT:24 GS:3 HC:114 AZ:28 PROT:36 SAL:2</small>	<b>2</b> Sopa de estrellas Lomo asado con salsa de manzana con ensalada de lechuga y tomate Fruta y pan <small>VE:3.072/735 GT:15 GS:4 HC:86 AZ:31 PROT:40 SAL:2</small>	<b>3</b> Alubias pintas estofadas con arroz integral Abadejo a la donostiarra con ensalada de lechuga y remolacha Yogur y pan integral <small>VE:3.319/794 GT:31 GS:6 HC:62 AZ:12 PROT:43 SAL:1</small>	<b>4</b> Salteado de acelgas frescas (eco.) Pollo a la barbacoa con patatas panaderas Fruta y pan <small>VE:3.256/779 GT:50 GS:3 HC:93 AZ:28 PROT:22 SAL:2</small>
<b>7</b> Arroz con salsa de tomate Tortilla francesa con cebolla y calabacín con ensalada de lechuga y maíz Fruta y pan <small>VE:3.076/736 GT:11 GS:1 HC:119 AZ:27 PROT:21 SAL:1</small>	<b>8</b> Garbanzos estofados con verduras Suprema de salmón al limón con ensalada de lechuga y aceitunas negras Fruta y pan integral <small>VE:3.311/792 GT:22 GS:2 HC:113 AZ:35 PROT:55 SAL:1</small>	<b>9</b> Macarrones con salsa de tomate Salteado de cerdo con pisto suave Fruta y pan <small>VE:3.076/736 GT:2 GS:0 HC:78 AZ:27 PROT:11 SAL:0</small>	<b>10</b> Crema de zanahoria Merluza con pil pil de tomate con patatas panaderas Yogur y pan integral <small>VE:3.210/768 GT:27 GS:6 HC:67 AZ:15 PROT:34 SAL:1</small>	<b>11</b> Lentejas (eco) estofadas con verduras Tortilla francesa con ensalada de lechuga, pimiento y aceitunas negras Fruta y pan <small>VE:3.168/758 GT:19 GS:3 HC:109 AZ:25 PROT:27 SAL:2</small>
<b>14</b> VACACIONES SEMANA SANTA	<b>15</b> VACACIONES SEMANA SANTA	<b>16</b> VACACIONES SEMANA SANTA	<b>17</b> VACACIONES SEMANA SANTA	<b>18</b> VACACIONES SEMANA SANTA
<b>21</b> VACACIONES SEMANA SANTA	<b>22</b> Lentejas (eco) estofadas con verduras Tortilla de patatas con ensalada de lechuga, pepino y aceitunas Fruta y pan integral <small>VE:3.244/776 GT:22 GS:3 HC:122 AZ:26 PROT:30 SAL:2</small>	<b>23</b> FESTIVO	<b>24</b> Salteado de brócoli con patatas Pollo asado con tomillo con ensalada de lechuga y tomate Yogur y pan integral <small>VE:3.290/787 GT:19 GS:6 HC:47 AZ:13 PROT:48 SAL:1</small>	<b>25</b> Alubias pintas estofadas con arroz integral Caballa al horno y aliño de limón con ensalada de lechuga y remolacha Fruta y pan <small>VE:3.311/792 GT:27 GS:5 HC:85 AZ:27 PROT:34 SAL:1</small>
<b>28</b> Arroz con salsa de tomate Tortilla francesa con atún con ensalada de lechuga y maíz Fruta y pan <small>VE:3.076/736 GT:16 GS:3 HC:116 AZ:25 PROT:26 SAL:1</small>	<b>29</b> Garbanzos estofados con espinacas y huevo duro Suprema de salmón al limón con ensalada de lechuga y aceitunas negras Fruta y pan integral <small>VE:3.331/797 GT:14 GS:1 HC:108 AZ:34 PROT:28 SAL:1</small>	<b>30</b> Sopa marinera de pescado y fideos Salteado de cerdo con pisto suave Fruta y pan <small>VE:3.093/740 GT:8 GS:1 HC:84 AZ:26 PROT:29 SAL:1</small>		

## Menú Adaptado

MES: Abril 2025

- Nombre del Colegio -

Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes
SIN FRUTAS CON HUESO,FRUTOS SECOS ,LTP (ALERGIA PIEL DE VEGETALES Y FRUTAS)	1 Garbanzos (eco.) con espinacas con arroz integral Tortilla francesa con atún con ensalada de lechuga, pepino y maíz Fruta y pan <small>VE:3.235/774 GT:24 GS:3 HC:114 AZ:28 PROT:36 SAL:2</small>	2 Sopa de estrellas Lomo asado con salsa de manzana con ensalada de lechuga y tomate Fruta y pan <small>VE:3.072/735 GT:15 GS:4 HC:86 AZ:31 PROT:40 SAL:2</small>	3 Alubias pintas estofadas con arroz integral Abadejo a la donostiarra con ensalada de lechuga y remolacha Yogur y pan <small>VE:3.319/794 GT:31 GS:6 HC:62 AZ:12 PROT:43 SAL:1</small>	4 Salteado de acelgas frescas (eco.) Pollo a la barbacoa con patatas panaderas Fruta y pan <small>VE:3.256/779 GT:50 GS:3 HC:93 AZ:28 PROT:22 SAL:2</small>
7 Arroz con salsa de tomate Tortilla francesa con cebolla y calabacín con ensalada de lechuga y maíz Fruta y pan <small>VE:3.076/736 GT:11 GS:1 HC:119 AZ:27 PROT:21 SAL:1</small>	8 Garbanzos estofados con verduras Salmón al horno con ensalada de lechuga y aceitunas negras Fruta y pan <small>VE:3.311/792 GT:22 GS:2 HC:113 AZ:35 PROT:55 SAL:1</small>	9 Macarrones con salsa de tomate Salteado de cerdo con pisto suave Fruta y pan <small>VE:3.076/736 GT:2 GS:0 HC:78 AZ:27 PROT:11 SAL:0</small>	10 Crema de zanahoria Merluza con pil pil de tomate con patatas panaderas Yogur y pan <small>VE:3.210/768 GT:27 GS:6 HC:67 AZ:15 PROT:34 SAL:1</small>	11 Lentejas (eco) estofadas con verduras Tortilla francesa con ensalada de lechuga, pimiento y aceitunas negras Fruta y pan <small>VE:3.168/758 GT:19 GS:3 HC:109 AZ:25 PROT:27 SAL:2</small>
14 <b>VACACIONES SEMANA SANTA</b>	15 <b>VACACIONES SEMANA SANTA</b>	16 <b>VACACIONES SEMANA SANTA</b>	17 <b>VACACIONES SEMANA SANTA</b>	18 <b>VACACIONES SEMANA SANTA</b>
21 <b>VACACIONES SEMANA SANTA</b>	22 Lentejas (eco) estofadas con verduras Tortilla de patatas con ensalada de lechuga, pepino y aceitunas Fruta y pan <small>VE:3.244/776 GT:22 GS:3 HC:122 AZ:26 PROT:30 SAL:2</small>	23 <b>FESTIVO</b>	24 Salteado de brócoli con patatas Pollo asado con tomillo con ensalada de lechuga y tomate Yogur y pan <small>VE:3.290/787 GT:19 GS:6 HC:47 AZ:13 PROT:48 SAL:1</small>	25 Alubias pintas estofadas con arroz integral Caballa al horno y aliño de limón con ensalada de lechuga y remolacha Fruta y pan <small>VE:3.311/792 GT:27 GS:5 HC:85 AZ:27 PROT:34 SAL:1</small>
28 Arroz con salsa de tomate Tortilla francesa con atún con ensalada de lechuga y maíz Fruta y pan <small>VE:3.076/736 GT:16 GS:3 HC:116 AZ:25 PROT:26 SAL:1</small>	29 Garbanzos estofados con espinacas y huevo duro Salmón al horno con ensalada de lechuga y aceitunas negras Fruta y pan <small>VE:3.331/797 GT:14 GS:1 HC:108 AZ:34 PROT:28 SAL:1</small>	30 Sopa de fideos Salteado de cerdo con pisto suave Fruta y pan <small>VE:3.093/740 GT:8 GS:1 HC:84 AZ:26 PROT:29 SAL:1</small>		

MES: Abril 2025

- Nombre del Colegio -

Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes
<p>Contenidos en nutrientes correspondientes a una población escolar entre los 9 y los 13 años. Los valores para el rango de 3 a 8 años corresponden a un 80% de los indicados en este menú. TODOS LOS MENÚS IRÁN ACOMPAÑADOS DE AGUA</p>	<p><b>1</b> Garbanzos (eco.) con espinacas con arroz integral Tortilla francesa con atún con ensalada de lechuga, pepino y maíz Fruta y pan VE:3.235/774 GT:24 GS:3 HC:114 AZ:28 PROT:36 SAL:2</p>	<p><b>2</b> Sopa de estrellas Lomo asado con salsa de manzana con ensalada de lechuga y tomate Fruta y pan VE:3.072/735 GT:15 GS:4 HC:86 AZ:31 PROT:40 SAL:2</p>	<p><b>3</b> Alubias pintas estofadas con arroz integral Abadejo a la donostiarra con ensalada de lechuga y remolacha Yogur y pan VE:3.319/794 GT:31 GS:6 HC:62 AZ:12 PROT:43 SAL:1</p>	<p><b>4</b> Salteado de acelgas frescas (eco.) Pollo a la barbacoa con patatas panaderas Fruta y pan VE:3.256/779 GT:50 GS:3 HC:93 AZ:28 PROT:22 SAL:2</p>
<p><b>7</b> Arroz con salsa de tomate Tortilla francesa con cebolla y calabacín con ensalada de lechuga y maíz Fruta y pan VE:3.076/736 GT:11 GS:1 HC:119 AZ:27 PROT:21 SAL:1</p>	<p><b>8</b> Garbanzos estofados con verduras Suprema de salmón al limón con ensalada de lechuga y aceitunas negras Fruta y pan VE:3.311/792 GT:22 GS:2 HC:113 AZ:35 PROT:55 SAL:1</p>	<p><b>9</b> Macarrones con salsa de tomate Salteado de cerdo con pisto suave Fruta y pan VE:3.076/736 GT:2 GS:0 HC:78 AZ:27 PROT:11 SAL:0</p>	<p><b>10</b> Crema de zanahoria Merluza con pil pil de tomate con patatas panaderas Yogur y pan VE:3.210/768 GT:27 GS:6 HC:67 AZ:15 PROT:34 SAL:1</p>	<p><b>11</b> Lentejas (eco) estofadas con verduras Tortilla francesa con ensalada de lechuga, pimiento y aceitunas negras Fruta y pan VE:3.168/758 GT:19 GS:3 HC:109 AZ:25 PROT:27 SAL:2</p>
<p><b>14</b> <b>VACACIONES SEMANA SANTA</b></p>	<p><b>15</b> <b>VACACIONES SEMANA SANTA</b></p>	<p><b>16</b> <b>VACACIONES SEMANA SANTA</b></p>	<p><b>17</b> <b>VACACIONES SEMANA SANTA</b></p>	<p><b>18</b> <b>VACACIONES SEMANA SANTA</b></p>
<p><b>21</b> <b>VACACIONES SEMANA SANTA</b></p>	<p><b>22</b> Lentejas (eco) estofadas con verduras Tortilla de patatas con ensalada de lechuga, pepino y aceitunas Fruta y pan VE:3.244/776 GT:22 GS:3 HC:122 AZ:26 PROT:30 SAL:2</p>	<p><b>23</b> <b>FESTIVO</b></p>	<p><b>24</b> Salteado de brócoli con patatas Pollo asado con tomillo con ensalada de lechuga y tomate Yogur y pan VE:3.290/787 GT:19 GS:6 HC:47 AZ:13 PROT:48 SAL:1</p>	<p><b>25</b> Alubias pintas estofadas con arroz integral Caballa al horno y aliño de limón con ensalada de lechuga y remolacha Fruta y pan VE:3.311/792 GT:27 GS:5 HC:85 AZ:27 PROT:34 SAL:1</p>
<p><b>28</b> Arroz con salsa de tomate Tortilla francesa con atún con ensalada de lechuga y maíz Fruta y pan VE:3.076/736 GT:16 GS:3 HC:116 AZ:25 PROT:26 SAL:1</p>	<p><b>29</b> Garbanzos estofados con espinacas y huevo duro Suprema de salmón al limón con ensalada de lechuga y aceitunas negras Fruta y pan VE:3.331/797 GT:14 GS:1 HC:108 AZ:34 PROT:28 SAL:1</p>	<p><b>30</b> Sopa de fideos Salteado de cerdo con pisto suave Fruta y pan VE:3.093/740 GT:8 GS:1 HC:84 AZ:26 PROT:29 SAL:1</p>		

MES: Abril 2025

- Nombre del Colegio -

Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes
<p>Contenidos en nutrientes correspondientes a una población escolar entre los 9 y los 13 años. Los valores para el rango de 3 a 8 años corresponden a un 80% de los indicados en este menú. TODOS LOS MENÚS IRÁN ACOMPAÑADOS DE AGUA</p>	<p><b>1</b></p> <p>Patatas estofadas Tortilla francesa con atún con ensalada de lechuga, pepino y maíz Fruta y pan integral</p> <p>VE:3.235/774 GT:24 GS:3 HC:114 AZ:28 PROT:36 SAL:2</p>	<p><b>2</b></p> <p>Sopa de estrellas Lomo asado con salsa de manzana con ensalada de lechuga y tomate Fruta y pan</p> <p>VE:3.072/735 GT:15 GS:4 HC:86 AZ:31 PROT:40 SAL:2</p>	<p><b>3</b></p> <p>Alubias pintas estofadas con arroz integral Abadejo a la donostiarra con ensalada de lechuga y remolacha Yogur y pan integral</p> <p>VE:3.319/794 GT:31 GS:6 HC:62 AZ:12 PROT:43 SAL:1</p>	<p><b>4</b></p> <p>Salteado de acelgas frescas (eco.) Pollo a la barbacoa con patatas panaderas Fruta y pan</p> <p>VE:3.256/779 GT:50 GS:3 HC:93 AZ:28 PROT:22 SAL:2</p>
<p><b>7</b></p> <p>Arroz con salsa de tomate Tortilla francesa con cebolla y calabacín con ensalada de lechuga y maíz Fruta y pan</p> <p>VE:3.076/736 GT:11 GS:1 HC:119 AZ:27 PROT:21 SAL:1</p>	<p><b>8</b></p> <p>Verduras salteadas Suprema de salmón al limón con ensalada de lechuga y aceitunas negras Fruta y pan integral</p> <p>VE:3.311/792 GT:22 GS:2 HC:113 AZ:35 PROT:55 SAL:1</p>	<p><b>9</b></p> <p>Macarrones con salsa de tomate Salteado de cerdo con pisto suave Fruta y pan</p> <p>VE:3.076/736 GT:2 GS:0 HC:78 AZ:27 PROT:11 SAL:0</p>	<p><b>10</b></p> <p>Crema de zanahoria Merluza con pil pil de tomate con patatas panaderas Yogur y pan integral</p> <p>VE:3.210/768 GT:27 GS:6 HC:67 AZ:15 PROT:34 SAL:1</p>	<p><b>11</b></p> <p>Lentejas (eco) estofadas con verduras Tortilla francesa con ensalada de lechuga, pimiento y aceitunas negras Fruta y pan</p> <p>VE:3.168/758 GT:19 GS:3 HC:109 AZ:25 PROT:27 SAL:2</p>
<p><b>14</b></p> <p><b>VACACIONES SEMANA SANTA</b></p>	<p><b>15</b></p> <p><b>VACACIONES SEMANA SANTA</b></p>	<p><b>16</b></p> <p><b>VACACIONES SEMANA SANTA</b></p>	<p><b>17</b></p> <p><b>VACACIONES SEMANA SANTA</b></p>	<p><b>18</b></p> <p><b>VACACIONES SEMANA SANTA</b></p>
<p><b>21</b></p> <p><b>VACACIONES SEMANA SANTA</b></p>	<p><b>22</b></p> <p>Lentejas (eco) estofadas con verduras Tortilla de patatas con ensalada de lechuga, pepino y aceitunas Fruta y pan integral</p> <p>VE:3.244/776 GT:22 GS:3 HC:122 AZ:26 PROT:30 SAL:2</p>	<p><b>23</b></p> <p><b>FESTIVO</b></p>	<p><b>24</b></p> <p>Salteado de brócoli con patatas Pollo asado con tomillo con ensalada de lechuga y tomate Yogur y pan integral</p> <p>VE:3.290/787 GT:19 GS:6 HC:47 AZ:13 PROT:48 SAL:1</p>	<p><b>25</b></p> <p>Alubias pintas estofadas con arroz integral Caballa al horno y aliño de limón con ensalada de lechuga y remolacha Fruta y pan</p> <p>VE:3.311/792 GT:27 GS:5 HC:85 AZ:27 PROT:34 SAL:1</p>
<p><b>28</b></p> <p>Arroz con salsa de tomate Tortilla francesa con atún con ensalada de lechuga y maíz Fruta y pan</p> <p>VE:3.076/736 GT:16 GS:3 HC:116 AZ:25 PROT:26 SAL:1</p>	<p><b>29</b></p> <p>Crema de zanahoria Suprema de salmón al limón con ensalada de lechuga y aceitunas negras Fruta y pan integral</p> <p>VE:3.331/797 GT:14 GS:1 HC:108 AZ:34 PROT:28 SAL:1</p>	<p><b>30</b></p> <p>Sopa marinera de pescado y fideos Salteado de cerdo con pisto suave Fruta y pan</p> <p>VE:3.093/740 GT:8 GS:1 HC:84 AZ:26 PROT:29 SAL:1</p>		

MES: Abril 2025

- Nombre del Colegio -

Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes
<p>Contenidos en nutrientes correspondientes a una población escolar entre los 9 y los 13 años. Los valores para el rango de 3 a 8 años corresponden a un 80% de los indicados en este menú. TODOS LOS MENÚS IRÁN ACOMPAÑADOS DE AGUA</p>	<p><b>1</b> Garbanzos (eco.) con espinacas con arroz integral Tortilla francesa con atún con ensalada de lechuga, pepino y maíz Fruta y pan integral VE:3.235/774 GT:24 GS:3 HC:114 AZ:28 PROT:36 SAL:2</p>	<p><b>2</b> Sopa de estrellas Lomo asado con salsa de manzana con ensalada de lechuga y tomate Fruta y pan VE:3.072/735 GT:15 GS:4 HC:86 AZ:31 PROT:40 SAL:2</p>	<p><b>3</b> Alubias pintas estofadas con arroz integral Abadejo a la donostiarra con ensalada de lechuga y remolacha Yogur de soja y pan integral VE:3.319/794 GT:31 GS:6 HC:62 AZ:12 PROT:43 SAL:1</p>	<p><b>4</b> Salteado de acelgas frescas (eco.) Pollo a la barbacoa con patatas panaderas Fruta y pan VE:3.256/779 GT:50 GS:3 HC:93 AZ:28 PROT:22 SAL:2</p>
<p><b>7</b> Arroz con salsa de tomate Tortilla francesa con cebolla y calabacín con ensalada de lechuga y maíz Fruta y pan VE:3.076/736 GT:11 GS:1 HC:119 AZ:27 PROT:21 SAL:1</p>	<p><b>8</b> Garbanzos estofados con verduras Suprema de salmón al limón con ensalada de lechuga y aceitunas negras Fruta y pan integral VE:3.311/792 GT:22 GS:2 HC:113 AZ:35 PROT:55 SAL:1</p>	<p><b>9</b> Macarrones con salsa de tomate Salteado de cerdo con pisto suave Fruta y pan VE:3.076/736 GT:2 GS:0 HC:78 AZ:27 PROT:11 SAL:0</p>	<p><b>10</b> Crema de zanahoria Merluza con pil pil de tomate con patatas panaderas Yogur de soja y pan integral VE:3.210/768 GT:27 GS:6 HC:67 AZ:15 PROT:34 SAL:1</p>	<p><b>11</b> Lentejas (eco) estofadas con verduras Tortilla francesa con ensalada de lechuga, pimiento y aceitunas negras Fruta y pan VE:3.168/758 GT:19 GS:3 HC:109 AZ:25 PROT:27 SAL:2</p>
<p><b>14</b> VACACIONES SEMANA SANTA</p>	<p><b>15</b> VACACIONES SEMANA SANTA</p>	<p><b>16</b> VACACIONES SEMANA SANTA</p>	<p><b>17</b> VACACIONES SEMANA SANTA</p>	<p><b>18</b> VACACIONES SEMANA SANTA</p>
<p><b>21</b> VACACIONES SEMANA SANTA</p>	<p><b>22</b> Lentejas (eco) estofadas con verduras Tortilla de patatas con ensalada de lechuga, pepino y aceitunas Fruta y pan integral VE:3.244/776 GT:22 GS:3 HC:122 AZ:26 PROT:30 SAL:2</p>	<p><b>23</b> FESTIVO</p>	<p><b>24</b> Salteado de brócoli con patatas Pollo asado con tomillo con ensalada de lechuga y tomate Yogur de soja y pan integral VE:3.290/787 GT:19 GS:6 HC:47 AZ:13 PROT:48 SAL:1</p>	<p><b>25</b> Alubias pintas estofadas con arroz integral Caballa al horno y aliño de limón con ensalada de lechuga y remolacha Fruta y pan VE:3.311/792 GT:27 GS:5 HC:85 AZ:27 PROT:34 SAL:1</p>
<p><b>28</b> Arroz con salsa de tomate Tortilla francesa con atún con ensalada de lechuga y maíz Fruta y pan VE:3.076/736 GT:16 GS:3 HC:116 AZ:25 PROT:26 SAL:1</p>	<p><b>29</b> Garbanzos estofados con espinacas y huevo duro Suprema de salmón al limón con ensalada de lechuga y aceitunas negras Fruta y pan integral VE:3.331/797 GT:14 GS:1 HC:108 AZ:34 PROT:28 SAL:1</p>	<p><b>30</b> Sopa de pasta Salteado de cerdo con pisto suave Fruta y pan VE:3.093/740 GT:8 GS:1 HC:84 AZ:26 PROT:29 SAL:1</p>		

# Menú Adaptado

MES: Abril 2025

- Nombre del Colegio -

Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes
SIN MELOCOTON	<p>1 Garbanzos (eco.) con espinacas con arroz integral Tortilla francesa con atún con ensalada de lechuga, pepino y maíz Fruta y pan integral</p> <p>VE:3.235/774 GT:24 GS:3 HC:114 AZ:28 PROT:36 SAL:2</p>	<p>2 Sopa de estrellas Lomo asado con salsa de manzana con ensalada de lechuga y tomate Fruta y pan</p> <p>VE:3.072/735 GT:15 GS:4 HC:86 AZ:31 PROT:40 SAL:2</p>	<p>3 Alubias pintas estofadas con arroz integral Abadejo a la donostiarra con ensalada de lechuga y remolacha Yogur y pan integral</p> <p>VE:3.319/794 GT:31 GS:6 HC:62 AZ:12 PROT:43 SAL:1</p>	<p>4 Salteado de acelgas frescas (eco.) Pollo a la barbacoa con patatas panaderas Fruta y pan</p> <p>VE:3.256/779 GT:50 GS:3 HC:93 AZ:28 PROT:22 SAL:2</p>
<p>7 Arroz con salsa de tomate Tortilla francesa con cebolla y calabacín con ensalada de lechuga y maíz Fruta y pan</p> <p>VE:3.076/736 GT:11 GS:1 HC:119 AZ:27 PROT:21 SAL:1</p>	<p>8 Garbanzos estofados con verduras Suprema de salmón al limón con ensalada de lechuga y aceitunas negras Fruta y pan integral</p> <p>VE:3.311/792 GT:22 GS:2 HC:113 AZ:35 PROT:55 SAL:1</p>	<p>9 Macarrones con salsa de tomate Salteado de cerdo con pisto suave Fruta y pan</p> <p>VE:3.076/736 GT:2 GS:0 HC:78 AZ:27 PROT:11 SAL:0</p>	<p>10 Crema de zanahoria Merluza con pil pil de tomate con patatas panaderas Yogur y pan integral</p> <p>VE:3.210/768 GT:27 GS:6 HC:67 AZ:15 PROT:34 SAL:1</p>	<p>11 Lentejas (eco) estofadas con verduras Tortilla francesa con ensalada de lechuga, pimiento y aceitunas negras Fruta y pan</p> <p>VE:3.168/758 GT:19 GS:3 HC:109 AZ:25 PROT:27 SAL:2</p>
<p>14 VACACIONES SEMANA SANTA</p>	<p>15 VACACIONES SEMANA SANTA</p>	<p>16 VACACIONES SEMANA SANTA</p>	<p>17 VACACIONES SEMANA SANTA</p>	<p>18 VACACIONES SEMANA SANTA</p>
<p>21 VACACIONES SEMANA SANTA</p>	<p>22 Lentejas (eco) estofadas con verduras Tortilla de patatas con ensalada de lechuga, pepino y aceitunas Fruta y pan integral</p> <p>VE:3.244/776 GT:22 GS:3 HC:122 AZ:26 PROT:30 SAL:2</p>	<p>23 FESTIVO</p>	<p>24 Salteado de brócoli con patatas Pollo asado con tomillo con ensalada de lechuga y tomate Yogur y pan integral</p> <p>VE:3.290/787 GT:19 GS:6 HC:47 AZ:13 PROT:48 SAL:1</p>	<p>25 Alubias pintas estofadas con arroz integral Caballa al horno y aliño de limón con ensalada de lechuga y remolacha Fruta y pan</p> <p>VE:3.311/792 GT:27 GS:5 HC:85 AZ:27 PROT:34 SAL:1</p>
<p>28 Arroz con salsa de tomate Tortilla francesa con atún con ensalada de lechuga y maíz Fruta y pan</p> <p>VE:3.076/736 GT:16 GS:3 HC:116 AZ:25 PROT:26 SAL:1</p>	<p>29 Garbanzos estofados con espinacas y huevo duro Suprema de salmón al limón con ensalada de lechuga y aceitunas negras Fruta y pan integral</p> <p>VE:3.331/797 GT:14 GS:1 HC:108 AZ:34 PROT:28 SAL:1</p>	<p>30 Sopa marinera de pescado y fideos Salteado de cerdo con pisto suave Fruta y pan</p> <p>VE:3.093/740 GT:8 GS:1 HC:84 AZ:26 PROT:29 SAL:1</p>		

MES: Abril 2025

- Nombre del Colegio -

Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes
SIN NUECES	<p><b>1</b> Garbanzos (eco.) con espinacas con arroz integral Tortilla francesa con atún con ensalada de lechuga, pepino y maíz Fruta y pan</p> <p>VE:3.235/774 GT:24 GS:3 HC:114 AZ:28 PROT:36 SAL:2</p>	<p><b>2</b> Sopa de estrellas Lomo asado con salsa de manzana con ensalada de lechuga y tomate Fruta y pan</p> <p>VE:3.072/735 GT:15 GS:4 HC:86 AZ:31 PROT:40 SAL:2</p>	<p><b>3</b> Alubias pintas estofadas con arroz integral Abadejo a la donostiarra con ensalada de lechuga y remolacha Yogur y pan</p> <p>VE:3.319/794 GT:31 GS:6 HC:62 AZ:12 PROT:43 SAL:1</p>	<p><b>4</b> Salteado de acelgas frescas (eco.) Pollo a la barbacoa con patatas panaderas Fruta y pan</p> <p>VE:3.256/779 GT:50 GS:3 HC:93 AZ:28 PROT:22 SAL:2</p>
<p><b>7</b> Arroz con salsa de tomate Tortilla francesa con cebolla y calabacín con ensalada de lechuga y maíz Fruta y pan</p> <p>VE:3.076/736 GT:11 GS:1 HC:119 AZ:27 PROT:21 SAL:1</p>	<p><b>8</b> Garbanzos estofados con verduras Suprema de salmón al limón con ensalada de lechuga y aceitunas negras Fruta y pan</p> <p>VE:3.311/792 GT:22 GS:2 HC:113 AZ:35 PROT:55 SAL:1</p>	<p><b>9</b> Macarrones con salsa de tomate Salteado de cerdo con pisto suave Fruta y pan</p> <p>VE:3.076/736 GT:2 GS:0 HC:78 AZ:27 PROT:11 SAL:0</p>	<p><b>10</b> Crema de zanahoria Merluza con pil pil de tomate con patatas panaderas Yogur y pan</p> <p>VE:3.210/768 GT:27 GS:6 HC:67 AZ:15 PROT:34 SAL:1</p>	<p><b>11</b> Lentejas (eco) estofadas con verduras Tortilla francesa con ensalada de lechuga, pimiento y aceitunas negras Fruta y pan</p> <p>VE:3.168/758 GT:19 GS:3 HC:109 AZ:25 PROT:27 SAL:2</p>
<p><b>14</b> <b>VACACIONES SEMANA SANTA</b></p>	<p><b>15</b> <b>VACACIONES SEMANA SANTA</b></p>	<p><b>16</b> <b>VACACIONES SEMANA SANTA</b></p>	<p><b>17</b> <b>VACACIONES SEMANA SANTA</b></p>	<p><b>18</b> <b>VACACIONES SEMANA SANTA</b></p>
<p><b>21</b> <b>VACACIONES SEMANA SANTA</b></p>	<p><b>22</b> Lentejas (eco) estofadas con verduras Tortilla de patatas con ensalada de lechuga, pepino y aceitunas Fruta y pan</p> <p>VE:3.244/776 GT:22 GS:3 HC:122 AZ:26 PROT:30 SAL:2</p>	<p><b>23</b> <b>FESTIVO</b></p>	<p><b>24</b> Salteado de brócoli con patatas Pollo asado con tomillo con ensalada de lechuga y tomate Yogur y pan</p> <p>VE:3.290/787 GT:19 GS:6 HC:47 AZ:13 PROT:48 SAL:1</p>	<p><b>25</b> Alubias pintas estofadas con arroz integral Caballa al horno y aliño de limón con ensalada de lechuga y remolacha Fruta y pan</p> <p>VE:3.311/792 GT:27 GS:5 HC:85 AZ:27 PROT:34 SAL:1</p>
<p><b>28</b> Arroz con salsa de tomate Tortilla francesa con atún con ensalada de lechuga y maíz Fruta y pan</p> <p>VE:3.076/736 GT:16 GS:3 HC:116 AZ:25 PROT:26 SAL:1</p>	<p><b>29</b> Garbanzos estofados con espinacas y huevo duro Suprema de salmón al limón con ensalada de lechuga y aceitunas negras Fruta y pan</p> <p>VE:3.331/797 GT:14 GS:1 HC:108 AZ:34 PROT:28 SAL:1</p>	<p><b>30</b> Sopa de fideos Salteado de cerdo con pisto suave Fruta y pan</p> <p>VE:3.093/740 GT:8 GS:1 HC:84 AZ:26 PROT:29 SAL:1</p>		

MES: Abril 2025

- Nombre del Colegio -

Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes
ALERGICO A LOS PISTACHOS	1 Garbanzos (eco.) con espinacas con arroz integral Tortilla francesa con atún con ensalada de lechuga, pepino y maíz Fruta y pan VE:3.235/774 GT:24 GS:3 HC:114 AZ:28 PROT:36 SAL:2	2 Sopa de estrellas Lomo asado con salsa de manzana con ensalada de lechuga y tomate Fruta y pan VE:3.072/735 GT:15 GS:4 HC:86 AZ:31 PROT:40 SAL:2	3 Alubias pintas estofadas con arroz integral Abadejo a la donostiarra con ensalada de lechuga y remolacha Yogur y pan VE:3.319/794 GT:31 GS:6 HC:62 AZ:12 PROT:43 SAL:1	4 Salteado de acelgas frescas (eco.) Pollo a la barbacoa con patatas panaderas Fruta y pan VE:3.256/779 GT:50 GS:3 HC:93 AZ:28 PROT:22 SAL:2
7 Arroz con salsa de tomate Tortilla francesa con cebolla y calabacín con ensalada de lechuga y maíz Fruta y pan VE:3.076/736 GT:11 GS:1 HC:119 AZ:27 PROT:21 SAL:1	8 Garbanzos estofados con verduras Suprema de salmón al limón con ensalada de lechuga y aceitunas negras Fruta y pan VE:3.311/792 GT:22 GS:2 HC:113 AZ:35 PROT:55 SAL:1	9 Macarrones con salsa de tomate Salteado de cerdo con pisto suave Fruta y pan VE:3.076/736 GT:2 GS:0 HC:78 AZ:27 PROT:11 SAL:0	10 Crema de zanahoria Merluza con pil pil de tomate con patatas panaderas Yogur y pan VE:3.210/768 GT:27 GS:6 HC:67 AZ:15 PROT:34 SAL:1	11 Lentejas (eco) estofadas con verduras Tortilla francesa con ensalada de lechuga, pimiento y aceitunas negras Fruta y pan VE:3.168/758 GT:19 GS:3 HC:109 AZ:25 PROT:27 SAL:2
14 <b>VACACIONES SEMANA SANTA</b>	15 <b>VACACIONES SEMANA SANTA</b>	16 <b>VACACIONES SEMANA SANTA</b>	17 <b>VACACIONES SEMANA SANTA</b>	18 <b>VACACIONES SEMANA SANTA</b>
21 <b>VACACIONES SEMANA SANTA</b>	22 Lentejas (eco) estofadas con verduras Tortilla de patatas con ensalada de lechuga, pepino y aceitunas Fruta y pan VE:3.244/776 GT:22 GS:3 HC:122 AZ:26 PROT:30 SAL:2	23 <b>FESTIVO</b>	24 Salteado de brócoli con patatas Pollo asado con tomillo con ensalada de lechuga y tomate Yogur y pan VE:3.290/787 GT:19 GS:6 HC:47 AZ:13 PROT:48 SAL:1	25 Alubias pintas estofadas con arroz integral Caballa al horno y aliño de limón con ensalada de lechuga y remolacha Fruta y pan VE:3.311/792 GT:27 GS:5 HC:85 AZ:27 PROT:34 SAL:1
28 Arroz con salsa de tomate Tortilla francesa con atún con ensalada de lechuga y maíz Fruta y pan VE:3.076/736 GT:16 GS:3 HC:116 AZ:25 PROT:26 SAL:1	29 Garbanzos estofados con espinacas y huevo duro Suprema de salmón al limón con ensalada de lechuga y aceitunas negras Fruta y pan VE:3.331/797 GT:14 GS:1 HC:108 AZ:34 PROT:28 SAL:1	30 Sopa de fideos Salteado de cerdo con pisto suave Fruta y pan VE:3.093/740 GT:8 GS:1 HC:84 AZ:26 PROT:29 SAL:1		

MES: Abril 2025

- Nombre del Colegio -

Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes
SIN PISTACHOS NI ANACARDOS	<p><b>1</b> Garbanzos (eco.) con espinacas con arroz integral Tortilla francesa con atún con ensalada de lechuga, pepino y maíz Fruta y pan</p> <p>VE:3.235/774 GT:24 GS:3 HC:114 AZ:28 PROT:36 SAL:2</p>	<p><b>2</b> Sopa de estrellas Lomo asado con salsa de manzana con ensalada de lechuga y tomate Fruta y pan</p> <p>VE:3.072/735 GT:15 GS:4 HC:86 AZ:31 PROT:40 SAL:2</p>	<p><b>3</b> Alubias pintas estofadas con arroz integral Abadejo a la donostiarra con ensalada de lechuga y remolacha Yogur y pan</p> <p>VE:3.319/794 GT:31 GS:6 HC:62 AZ:12 PROT:43 SAL:1</p>	<p><b>4</b> Salteado de acelgas frescas (eco.) Pollo a la barbacoa con patatas panaderas Fruta y pan</p> <p>VE:3.256/779 GT:50 GS:3 HC:93 AZ:28 PROT:22 SAL:2</p>
<p><b>7</b> Arroz con salsa de tomate Tortilla francesa con cebolla y calabacín con ensalada de lechuga y maíz Fruta y pan</p> <p>VE:3.076/736 GT:11 GS:1 HC:119 AZ:27 PROT:21 SAL:1</p>	<p><b>8</b> Garbanzos estofados con verduras Salmón al horno con ensalada de lechuga y aceitunas negras Fruta y pan</p> <p>VE:3.311/792 GT:22 GS:2 HC:113 AZ:35 PROT:55 SAL:1</p>	<p><b>9</b> Macarrones con salsa de tomate Salteado de cerdo con pisto suave Fruta y pan</p> <p>VE:3.076/736 GT:2 GS:0 HC:78 AZ:27 PROT:11 SAL:0</p>	<p><b>10</b> Crema de zanahoria Merluza con pil pil de tomate con patatas panaderas Yogur y pan</p> <p>VE:3.210/768 GT:27 GS:6 HC:67 AZ:15 PROT:34 SAL:1</p>	<p><b>11</b> Lentejas (eco) estofadas con verduras Tortilla francesa con ensalada de lechuga, pimiento y aceitunas negras Fruta y pan</p> <p>VE:3.168/758 GT:19 GS:3 HC:109 AZ:25 PROT:27 SAL:2</p>
<p><b>14</b> <b>VACACIONES SEMANA SANTA</b></p>	<p><b>15</b> <b>VACACIONES SEMANA SANTA</b></p>	<p><b>16</b> <b>VACACIONES SEMANA SANTA</b></p>	<p><b>17</b> <b>VACACIONES SEMANA SANTA</b></p>	<p><b>18</b> <b>VACACIONES SEMANA SANTA</b></p>
<p><b>21</b> <b>VACACIONES SEMANA SANTA</b></p>	<p><b>22</b> Lentejas (eco) estofadas con verduras Tortilla de patatas con ensalada de lechuga, pepino y aceitunas Fruta y pan</p> <p>VE:3.244/776 GT:22 GS:3 HC:122 AZ:26 PROT:30 SAL:2</p>	<p><b>23</b> <b>FESTIVO</b></p>	<p><b>24</b> Salteado de brócoli con patatas Pollo asado con tomillo con ensalada de lechuga y tomate Yogur y pan</p> <p>VE:3.290/787 GT:19 GS:6 HC:47 AZ:13 PROT:48 SAL:1</p>	<p><b>25</b> Alubias pintas estofadas con arroz integral Caballa al horno y aliño de limón con ensalada de lechuga y remolacha Fruta y pan</p> <p>VE:3.311/792 GT:27 GS:5 HC:85 AZ:27 PROT:34 SAL:1</p>
<p><b>28</b> Arroz con salsa de tomate Tortilla francesa con atún con ensalada de lechuga y maíz Fruta y pan</p> <p>VE:3.076/736 GT:16 GS:3 HC:116 AZ:25 PROT:26 SAL:1</p>	<p><b>29</b> Garbanzos estofados con espinacas y huevo duro Salmón al horno con ensalada de lechuga y aceitunas negras Fruta y pan</p> <p>VE:3.331/797 GT:14 GS:1 HC:108 AZ:34 PROT:28 SAL:1</p>	<p><b>30</b> Sopa de fideos Salteado de cerdo con pisto suave Fruta y pan</p> <p>VE:3.093/740 GT:8 GS:1 HC:84 AZ:26 PROT:29 SAL:1</p>		

# Menú Adaptado

MES: Abril 2025

- Nombre del Colegio -

Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes
SIN PLATANO	<p>1 Garbanzos (eco.) con espinacas con arroz integral Tortilla francesa con atún con ensalada de lechuga, pepino y maíz Fruta y pan integral</p> <p>VE:3.235/774 GT:24 GS:3 HC:114 AZ:28 PROT:36 SAL:2</p>	<p>2 Sopa de estrellas Lomo asado con salsa de manzana con ensalada de lechuga y tomate Fruta y pan</p> <p>VE:3.072/735 GT:15 GS:4 HC:86 AZ:31 PROT:40 SAL:2</p>	<p>3 Alubias pintas estofadas con arroz integral Abadejo a la donostiarra con ensalada de lechuga y remolacha Yogur y pan integral</p> <p>VE:3.319/794 GT:31 GS:6 HC:62 AZ:12 PROT:43 SAL:1</p>	<p>4 Salteado de acelgas frescas (eco.) Pollo a la barbacoa con patatas panaderas Fruta y pan</p> <p>VE:3.256/779 GT:50 GS:3 HC:93 AZ:28 PROT:22 SAL:2</p>
<p>7 Arroz con salsa de tomate Tortilla francesa con cebolla y calabacín con ensalada de lechuga y maíz Fruta y pan</p> <p>VE:3.076/736 GT:11 GS:1 HC:119 AZ:27 PROT:21 SAL:1</p>	<p>8 Garbanzos estofados con verduras Suprema de salmón al limón con ensalada de lechuga y aceitunas negras Fruta y pan integral</p> <p>VE:3.311/792 GT:22 GS:2 HC:113 AZ:35 PROT:55 SAL:1</p>	<p>9 Macarrones con salsa de tomate Salteado de cerdo con pisto suave Fruta y pan</p> <p>VE:3.076/736 GT:2 GS:0 HC:78 AZ:27 PROT:11 SAL:0</p>	<p>10 Crema de zanahoria Merluza con pil pil de tomate con patatas panaderas Yogur y pan integral</p> <p>VE:3.210/768 GT:27 GS:6 HC:67 AZ:15 PROT:34 SAL:1</p>	<p>11 Lentejas (eco) estofadas con verduras Tortilla francesa con ensalada de lechuga, pimiento y aceitunas negras Fruta y pan</p> <p>VE:3.168/758 GT:19 GS:3 HC:109 AZ:25 PROT:27 SAL:2</p>
<p>14 VACACIONES SEMANA SANTA</p>	<p>15 VACACIONES SEMANA SANTA</p>	<p>16 VACACIONES SEMANA SANTA</p>	<p>17 VACACIONES SEMANA SANTA</p>	<p>18 VACACIONES SEMANA SANTA</p>
<p>21 VACACIONES SEMANA SANTA</p>	<p>22 Lentejas (eco) estofadas con verduras Tortilla de patatas con ensalada de lechuga, pepino y aceitunas Fruta y pan integral</p> <p>VE:3.244/776 GT:22 GS:3 HC:122 AZ:26 PROT:30 SAL:2</p>	<p>23 FESTIVO</p>	<p>24 Salteado de brócoli con patatas Pollo asado con tomillo con ensalada de lechuga y tomate Yogur y pan integral</p> <p>VE:3.290/787 GT:19 GS:6 HC:47 AZ:13 PROT:48 SAL:1</p>	<p>25 Alubias pintas estofadas con arroz integral Caballa al horno y aliño de limón con ensalada de lechuga y remolacha Fruta y pan</p> <p>VE:3.311/792 GT:27 GS:5 HC:85 AZ:27 PROT:34 SAL:1</p>
<p>28 Arroz con salsa de tomate Tortilla francesa con atún con ensalada de lechuga y maíz Fruta y pan</p> <p>VE:3.076/736 GT:16 GS:3 HC:116 AZ:25 PROT:26 SAL:1</p>	<p>29 Garbanzos estofados con espinacas y huevo duro Suprema de salmón al limón con ensalada de lechuga y aceitunas negras Fruta y pan integral</p> <p>VE:3.331/797 GT:14 GS:1 HC:108 AZ:34 PROT:28 SAL:1</p>	<p>30 Sopa marinera de pescado y fideos Salteado de cerdo con pisto suave Fruta y pan</p> <p>VE:3.093/740 GT:8 GS:1 HC:84 AZ:26 PROT:29 SAL:1</p>		