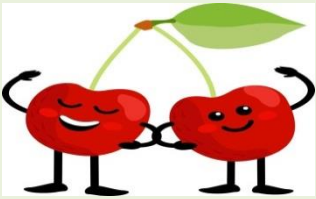



MENÚ COMEDOR ESCOLAR - MAYO 2026

LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES
				<p>1</p> <h2>FESTIVO</h2>
<p>4</p> <h2>FESTIVO</h2>	<p>5</p> <ul style="list-style-type: none"> -Paella de verduras (pimientos, calabacín, zanahoria, brócoli, tomate, ajo, laurel y pimentón). -Jamoncito de pollo en salsa cazadora (cebolla, harina, vinagre, pimientos y tomate) con champiñones. <p><i>Contiene: Gluten, sulfitos</i></p> <ul style="list-style-type: none"> -Fruta de temporada, pan integral y agua. <p><i>Contiene: Gluten</i></p>	<p>6</p> <ul style="list-style-type: none"> -Lentejas ECOLÓGICAS guisadas con verduras (cebolla, patata, zanahoria y tomate). <p><i>Contiene: Legumbres</i></p> <ul style="list-style-type: none"> -Merluza al horno con ensalada de lechuga y maíz. <p><i>Contiene: Pescado</i></p> <ul style="list-style-type: none"> -Fruta de temporada, pan y agua. <p><i>Contiene: Gluten</i></p>	<p>7</p> <ul style="list-style-type: none"> -Sopa de ave con estrellitas. <p><i>Contiene: Gluten, huevo</i></p> <ul style="list-style-type: none"> -Estofado de magro de cerdo en salsa (cebolla, pimientos, vinagre, harina y tomate) con patatas dado. <p><i>Contiene: Gluten, sulfitos</i></p> <ul style="list-style-type: none"> -Fruta de temporada, pan integral y agua. <p><i>Contiene: Gluten</i></p>	<p>8</p> <ul style="list-style-type: none"> -Judías pintas estofadas con verduras (pimientos, cebolla, tomate, patata, zanahoria y laurel). <p><i>Contiene: Legumbres</i></p> <ul style="list-style-type: none"> -Tortilla de patata con ensalada de lechuga, maíz y zanahoria. <p><i>Contiene: Huevo</i></p> <ul style="list-style-type: none"> -Fruta de temporada/Yogur, pan y agua. <p><i>Contiene: Gluten, leche</i></p>
<p>11</p> <ul style="list-style-type: none"> -Macarrones INTEGRALES a la Napolitana con cebolla, zanahoria y tomate frito casero. <p><i>Contiene: Gluten, huevo.</i></p> <ul style="list-style-type: none"> -Burger meat mix al horno con ensalada de lechuga y aceitunas. <p><i>Contiene: Proteína de guisante</i></p> <ul style="list-style-type: none"> -Fruta de temporada, pan y agua. <p><i>Contiene: Gluten</i></p>	<p>12</p> <ul style="list-style-type: none"> -Estofado de judías blancas con cebolla, patata, zanahoria, tomate, pimentón, ajo y laurel. <p><i>Contiene: Legumbres</i></p> <ul style="list-style-type: none"> -Tortilla de calabacín con ensalada de lechuga y maíz. <p><i>Contiene: Huevo</i></p> <ul style="list-style-type: none"> -Fruta de temporada, pan integral y agua. <p><i>Contiene: Gluten</i></p>	<p>13</p> <ul style="list-style-type: none"> -Judías verdes cocidas con patata y aceite de oliva virgen extra. <ul style="list-style-type: none"> -Palometa en salsa marinera (cebolla, ajo, vinagre, perejil, pimentón, harina) con zanahoria salteada. <p><i>Contiene: Pescado, gluten y sulfitos.</i></p> <ul style="list-style-type: none"> -Fruta de temporada, pan y agua. <p><i>Contiene: Gluten</i></p>	<p>14</p> <ul style="list-style-type: none"> -Arroz de marisco con pimientos, cebolla y zanahoria. <p><i>Contiene: Pescado, crustáceos, moluscos</i></p> <ul style="list-style-type: none"> -Taqitos de contramuslo de pollo en pepitoria (cebolla, ajo morado, pan, vinagre) con guisantes salteados. <p><i>Contiene: Legumbres, gluten, sulfitos</i></p> <ul style="list-style-type: none"> -Fruta de temporada, pan integral y agua. <p><i>Contiene: Gluten</i></p>	<p>15</p> <ul style="list-style-type: none"> -Garbanzos estofados con patata y zanahoria. <p><i>Contiene: Legumbres</i></p> <ul style="list-style-type: none"> -Bacalao a la bilbaína (cebolla, ajo morado, vinagre, pimentón y aceite de oliva virgen extra) con ensalada de lechuga y aceitunas. <p><i>Contiene: Pescado, sulfitos</i></p> <ul style="list-style-type: none"> -Fruta de temporada/Yogur, pan y agua. <p><i>Contiene: Gluten, leche</i></p>
<p>18</p> <ul style="list-style-type: none"> -Puré de calabaza, zanahoria y patata con aceite de oliva virgen extra. <ul style="list-style-type: none"> -Merluza en salsa verde (cebolla, ajo, vinagre, harina, perejil, aceite de oliva virgen extra) con guisantes salteados. <p><i>Contiene: Pescado, gluten, legumbres, sulfitos.</i></p> <ul style="list-style-type: none"> -Fruta de temporada, pan y agua. <p><i>Contiene: Gluten</i></p>	<p>19</p> <ul style="list-style-type: none"> -Lentejas ECOLÓGICAS estofadas con calabacín, patata, cebolla y tomate. <p><i>Contiene: Legumbres</i></p> <ul style="list-style-type: none"> -Lomo de cerdo al horno con ensalada de lechuga y tomate. <ul style="list-style-type: none"> -Fruta de temporada, pan integral y agua. <p><i>Contiene: Gluten</i></p>	<p>20</p> <ul style="list-style-type: none"> -Fideuá de verduras (pimientos, cebolla, zanahoria y brócoli). <p><i>Contiene: Gluten, huevo</i></p> <ul style="list-style-type: none"> -Tortilla francesa con ensalada de lechuga, maíz y zanahoria. <p><i>Contiene: Huevo</i></p> <ul style="list-style-type: none"> -Fruta de temporada, pan y agua. <p><i>Contiene: Gluten</i></p>	<p>21</p> <ul style="list-style-type: none"> -Judías pintas guisadas con cebolla, pimientos, zanahoria y tomate. <p><i>Contiene: Legumbres</i></p> <ul style="list-style-type: none"> -Salmón a la bilbaína (cebolla, ajo, vinagre, pimentón y aceite de oliva virgen extra) con ensalada de lechuga y aceitunas. <p><i>Contiene: Pescado, sulfitos</i></p> <ul style="list-style-type: none"> -Fruta de temporada, pan integral y agua. <p><i>Contiene: Gluten</i></p>	<p>22</p> <ul style="list-style-type: none"> -Arroz blanco con tomate frito casero. <ul style="list-style-type: none"> -Jamoncito de pollo en salsa con verduras (judías verdes, calabacín, zanahoria y patata). <ul style="list-style-type: none"> -Fruta de temporada/Yogur, pan y agua. <p><i>Contiene: Gluten, leche</i></p>
<p>25</p> <ul style="list-style-type: none"> -Espaguetis INTEGRALES con tomate frito casero y queso. <p><i>Contiene: Gluten, huevo, leche</i></p> <ul style="list-style-type: none"> -Tilapia a la donostierra (ajo morado, perejil y aceite de oliva virgen extra) con ensalada de lechuga, maíz y zanahoria. <p><i>Contiene: Pescado</i></p> <ul style="list-style-type: none"> -Fruta de temporada, pan y agua. <p><i>Contiene: Gluten</i></p>	<p>26</p> <ul style="list-style-type: none"> -Judías blancas guisadas con chorizo, patata y zanahoria. <p><i>Contiene: Legumbres</i></p> <ul style="list-style-type: none"> -Taqitos de contramuslo de pollo en salsa de tomate con champiñones. <ul style="list-style-type: none"> -Fruta de temporada, pan integral y agua. <p><i>Contiene: Gluten</i></p>	<p>27</p> <ul style="list-style-type: none"> -Arroz con verduras (pimiento, calabacín, zanahoria y brócoli). <ul style="list-style-type: none"> -Tortilla de atún con ensalada de lechuga y aceitunas. <p><i>Contiene: Huevo, pescado</i></p> <ul style="list-style-type: none"> -Fruta de temporada, pan y agua. <p><i>Contiene: Gluten</i></p>	<p>28</p> <ul style="list-style-type: none"> -Hervido de verduras (judías verdes, patata, zanahoria y calabacín) con aceite de oliva virgen extra. <ul style="list-style-type: none"> -Palometa al horno con ensalada de lechuga y maíz. <p><i>Contiene: Pescado</i></p> <ul style="list-style-type: none"> -Fruta de temporada, pan integral y agua. <p><i>Contiene: Gluten</i></p>	<p>29</p> <ul style="list-style-type: none"> -Sopa de cocido con fideos. <p><i>Contiene: Gluten, huevo</i></p> <ul style="list-style-type: none"> -Cocido completo con garbanzos ECOLÓGICOS, patata, zanahoria y pollo. <p><i>Contiene: Legumbres</i></p> <ul style="list-style-type: none"> -Fruta de temporada/Yogur, pan y agua. <p><i>Contiene: Gluten, leche</i></p>

Los primeros platos se preparan mediante un proceso de cocción lenta, mientras que todos los segundos platos son elaborados al horno.


Se utiliza aceite de oliva virgen extra para cocinar y para la elaboración de salsas, guisos, purés, cremas y ensaladas.

Se fomenta la utilización de frutas y verduras de temporada para las comidas y postres. Se potencia el consumo de FIBRA y de PROTEICOS VEGETALES en la semana.

Telf. Cocina Central: 967 160 007 Telf. Oficina: 967 160 138

MENÚ COMEDOR ESCOLAR - MAYO 2026

CENAS SUGERIDAS EN EL MES...

LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES
				1 FESTIVO
4 FESTIVO	5 Ensalada de lechuga, tomate, maíz, zanahoria y aceitunas. Calabacín relleno de boloñesa de atún. Fruta de temporada/Yogur y pan.	6 Salteado de setas con jamón. Tortilla francesa con ensalada de lechuga y zanahoria. Fruta de temporada y pan.	7 Crema de calabaza con aceite de oliva virgen extra. Lenguadina a la donostiarra con ensalada de lechuga y zanahoria. Fruta de temporada/Yogur y pan.	8 Asadillo manchego. Salchichas de pavo al horno con lechuga y mayonesa. Fruta de temporada y pan.
11 Parrillada de verduras. Lenguadina en salsa verde con guisantes. Fruta de temporada y pan.	12 Ensaladilla rusa. Tilapia al horno con ensalada de lechuga y tomate. Fruta de temporada/Yogur y pan.	13 Vichyssoise. Lomo de cerdo al horno con patatas. Fruta de temporada y pan.	14 Ensalada de queso. Empanada de atún. Fruta de temporada/Yogur y pan.	15 Brócoli cocido al vapor con aceite de oliva virgen extra. Huevos a la flamenca. Fruta de temporada y pan.
18 Espirales al graten. Longaniza de pollo con pimientos asados. Fruta de temporada y pan.	19 Acelgas al estilo del Huécar. Fogonero a la bilbaína con ensalada de lechuga y aceitunas. Fruta de temporada/Yogur y pan.	20 Puré de guisantes. Salchichas de pavo al horno con tomates cherry y mayonesa. Fruta de temporada y pan.	21 Ensalada de judías verdes con atún. Croquetas de cocido horneadas con patatas. Fruta de temporada/Yogur y pan.	22 Ensalada mixta. Pastel de verduras casero. Fruta de temporada y pan.
25 Judías verdes con aceite de oliva virgen extra. Huevos a la plancha con patatas. Fruta de temporada y pan.	26 Sopa de ave con fideos. Caballa al horno con lechuga y limón. Fruta de temporada/Yogur y pan.	27 Pisto de verduras. Lomo de cerdo al horno con ensalada de lechuga y maíz. Fruta de temporada y pan.	28 Ensalada de pasta. Tortilla francesa con ensalada de lechuga y zanahoria. Fruta de temporada/Yogur y pan.	29 Menestra de verduras con aceite de oliva virgen extra. Empanadillas de atún horneadas con ensalada de lechuga y maíz. Fruta de temporada y pan.

Se procurará que la hora de la cena no sea muy cercana a la hora de acostarse. Antes de que el niño/a vaya a la cama, puede completarse la cena con un lácteo, por ejemplo, un vaso de leche. Es especialmente aconsejable que el niño/a tome fruta en la merienda.