


# MENÚ NO HUEVO - ABRIL 2026

LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES
	7 ----- Lomo de cerdo al horno con ensalada de lechuga, maíz y zanahoria.	8 -----	9 -----	10 Sopa de ave con <b>fideos (maíz-arroz)</b> . -----
13 -----	14 -----	15 <b>Macarrones (maíz-arroz)</b> a la Napolitana con cebolla, zanahoria y tomate frito casero. ----- Pechuga de pavo a la plancha con ensalada de lechuga, maíz y zanahoria.	16 -----	17 -----
20 <b>Espaguetis (maíz-arroz)</b> con tomate frito casero y queso. -----	21 ----- Filete de pollo a la plancha con ensalada de lechuga, maíz y zanahoria.	22 -----	23 -----	24 -----
27 -----	28 -----	29 ----- Lomo de cerdo al horno con ensalada de lechuga, maíz y zanahoria.	30 Sopa de ave con <b>fideos (maíz-arroz)</b> . -----	 <p><b>CESNUT</b> NUTRICIÓN Consultoría Nutricional</p>

# MENÚ NO PLV - ABRIL 2026

LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES
	7 -----	8 -----	9 -----	10 ----- ----- Fruta de temporada/ <b>Yogur de soja</b>
13 -----	14 -----	15 -----	16 -----	17 ----- ----- Fruta de temporada/ <b>Yogur de soja</b>
20 Espaguetis con tomate frito casero ( <b>sin queso</b> ). -----	21 -----	22 -----	23 -----	24 ----- ----- Fruta de temporada/ <b>Yogur de soja</b>
27 -----	28 -----	29 -----	30 -----	 <p><b>CESNUT</b> NUTRICIÓN Consultoría Nutricional</p>

# MENÚ COMEDOR ESCOLAR - ABRIL 2026

LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES
	<p><b>7</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>-Arroz blanco con tomate frito casero.</li> <li>-Tortilla francesa con ensalada de lechuga, maíz y zanahoria.</li> </ul> <p><i>Contiene: Huevo</i></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>-Fruta de temporada, <b>pan integral</b> y agua.</li> </ul> <p><i>Contiene: Gluten</i></p>	<p><b>8</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>-Lentejas estofadas con calabacín, patata, cebolla y tomate.</li> </ul> <p><i>Contiene: Legumbres</i></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>-Salmón a la bilbaína (cebolla, ajo, vinagre, pimentón y aceite de oliva virgen extra) con ensalada de lechuga y aceitunas.</li> </ul> <p><i>Contiene: Pescado, sulfitos</i></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>-Fruta de temporada, <b>pan</b> y agua.</li> </ul> <p><i>Contiene: Gluten</i></p>	<p><b>9</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>-Puré de calabaza, zanahoria y patata con aceite de oliva virgen extra.</li> <li>-Jamoncito de pollo <b>en salsa cazadora</b> (cebolla, pimientos, vinagre, harina y tomate) con champiñones.</li> </ul> <p><i>Contiene: Gluten, sulfitos</i></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>-Fruta de temporada, <b>pan integral</b> y agua.</li> </ul> <p><i>Contiene: Gluten</i></p>	<p><b>10</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>-Sopa de ave con <b>fideos</b>.</li> </ul> <p><i>Contiene: Gluten, huevo</i></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>-Ventresca de bacalao <b>en salsa verde</b> (cebolla, ajo, harina, vinagre, perejil y aceite de oliva virgen extra) <b>con guisantes salteados</b>.</li> </ul> <p><i>Contiene: Pescado, gluten, legumbres, sulfitos</i></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>-Fruta de temporada/Yogur, <b>pan</b> y agua</li> </ul> <p><i>Contiene: Gluten, leche</i></p>
<p><b>13</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>-Hervido de verduras (judías verdes, calabacín, zanahoria y patata) con aceite de oliva virgen extra.</li> <li>-Magro de cerdo guisado con pimiento, cebolla, ajo y tomate.</li> </ul> <ul style="list-style-type: none"> <li>-Fruta de temporada, <b>pan</b> y agua.</li> </ul> <p><i>Contiene: Gluten</i></p>	<p><b>14</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>-Estofado de <b>judías blancas</b> con patata, cebolla, zanahoria, tomate, pimentón, ajo y laurel.</li> </ul> <p><i>Contiene: Legumbres</i></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>-Merluza al horno con ensalada de lechuga y aceitunas.</li> </ul> <p><i>Contiene: Pescado</i></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>-Fruta de temporada, <b>pan integral</b> y agua.</li> </ul> <p><i>Contiene: Gluten</i></p>	<p><b>15</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>-Macarrones <b>INTEGRALES</b> a la Napolitana con cebolla, zanahoria y tomate frito casero.</li> </ul> <p><i>Contiene: Gluten, huevo</i></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>-Tortilla de calabacín con ensalada de lechuga, maíz y zanahoria.</li> </ul> <p><i>Contiene: Huevo</i></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>-Fruta de temporada, <b>pan</b> y agua.</li> </ul> <p><i>Contiene: Gluten</i></p>	<p><b>16</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>-Paella de verduras (pimientos, alcachofa, zanahoria, brócoli, tomate, ajo, laurel y pimentón).</li> <li>-Palometa al horno con ensalada de lechuga y maíz.</li> </ul> <p><i>Contiene: Pescado</i></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>-Fruta de temporada, <b>pan integral</b> y agua.</li> </ul> <p><i>Contiene: Gluten</i></p>	<p><b>17</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>-Garbanzos <b>ECOLOGICOS</b> guisados con calabaza y patata.</li> </ul> <p><i>Contiene: Legumbres</i></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>-Taquitos de contramuslo de pollo <b>en pepitoria</b> (cebolla, ajo morado, <b>pan, vinagre</b>) con champiñones.</li> </ul> <p><i>Contiene: Gluten, sulfitos</i></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>-Fruta de temporada/Yogur, <b>pan</b> y agua.</li> </ul> <p><i>Contiene: Gluten, leche</i></p>
<p><b>20</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>-Espaguetis <b>INTEGRALES</b> con tomate frito casero y queso.</li> </ul> <p><i>Contiene: Gluten, huevo, leche</i></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>-Burguer meat mix al horno con ensalada de lechuga y maíz.</li> </ul> <p><i>Contiene: Proteína de guisante</i></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>-Fruta de temporada, <b>pan</b> y agua.</li> </ul> <p><i>Contiene: Gluten</i></p>	<p><b>21</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>-Arroz de marisco con pimientos, cebolla y zanahoria.</li> </ul> <p><i>Contiene: Pescado, crustáceos, moluscos</i></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>-Tortilla de patata con ensalada de lechuga, maíz y zanahoria.</li> </ul> <p><i>Contiene: Huevo</i></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>-Fruta de temporada, <b>pan integral</b> y agua.</li> </ul> <p><i>Contiene: Gluten</i></p>	<p><b>22</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>-Lentejas <b>ECOLÓGICAS</b> guisadas con verduras (patata, zanahoria, cebolla, ajo y laurel).</li> </ul> <p><i>Contiene: Legumbres</i></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>-Tilapia <b>en salsa marinera</b> (cebolla, ajo, perejil, pimentón, <b>harina, vinagre</b>) con zanahoria salteada.</li> </ul> <p><i>Contiene: Pescado, gluten, sulfitos</i></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>-Fruta de temporada, <b>pan</b> y agua.</li> </ul> <p><i>Contiene: Gluten</i></p>	<p><b>23</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>-Puré de calabacín, patata y puerro con aceite de oliva virgen extra.</li> <li>-Jamoncito de pollo <b>en pepitoria</b> (cebolla, ajo morado, <b>pan, vinagre</b>) con champiñones.</li> </ul> <p><i>Contiene: Gluten, sulfitos</i></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>-Fruta de temporada, <b>pan integral</b> y agua.</li> </ul> <p><i>Contiene: Gluten</i></p>	<p><b>24</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>-Judías pintas guisadas con cebolla, pimientos, zanahoria y tomate.</li> </ul> <p><i>Contiene: Legumbres</i></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>-Salmón a la bilbaína (cebolla, ajo, vinagre, pimentón y aceite de oliva virgen extra) con ensalada de lechuga y aceitunas.</li> </ul> <p><i>Contiene: Pescado, sulfitos</i></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>-Fruta de temporada/Yogur, <b>pan</b> y agua.</li> </ul> <p><i>Contiene: Gluten, leche</i></p>
<p><b>27</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>-Arroz blanco con tomate frito casero.</li> <li>-Ventresca de bacalao <b>en salsa verde</b> (cebolla, ajo, <b>harina</b>, perejil y aceite de oliva virgen extra) <b>con guisantes salteados</b>.</li> </ul> <p><i>Contiene: Pescado, gluten, legumbres</i></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>-Fruta de temporada, <b>pan</b> y agua.</li> </ul> <p><i>Contiene: Gluten</i></p>	<p><b>28</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>-Garbanzos estofados con verduras (patata y zanahoria).</li> </ul> <p><i>Contiene: Legumbres</i></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>-Jamoncito de pollo al horno con ensalada de lechuga y aceitunas.</li> </ul> <ul style="list-style-type: none"> <li>-Fruta de temporada, <b>pan integral</b> y agua.</li> </ul> <p><i>Contiene: Gluten</i></p>	<p><b>29</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>-Judías verdes cocidas con patata y aceite de oliva virgen extra.</li> <li>-Tortilla de atún con ensalada de lechuga, maíz y zanahoria.</li> </ul> <p><i>Contiene: Huevo, pescado</i></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>-Fruta de temporada, <b>pan</b> y agua.</li> </ul> <p><i>Contiene: Gluten</i></p>	<p><b>30</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>-Sopa de ave con <b>fideos</b>.</li> </ul> <p><i>Contiene: Gluten, huevo</i></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>-Palometa <b>en salsa vizcaína</b> (Cebolla y tomate) con calabaza salteada.</li> </ul> <p><i>Contiene: Pescado</i></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>-Fruta de temporada, <b>pan integral</b> y agua.</li> </ul> <p><i>Contiene: Gluten</i></p>	

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



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

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.

# MENÚ COMEDOR ESCOLAR - ABRIL 2026

## CENAS SUGERIDAS EN EL MES...

LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES
	<b>7</b> Crema de guisantes con aceite de oliva virgen extra. Salchichas de pavo al horno con lechuga y mayonesa. Fruta de temporada/Yogur y pan.	<b>8</b> Espirales al graten. Tortilla de patata con ensalada de lechuga y zanahoria. Fruta de temporada y pan.	<b>9</b> Arroz cinco delicias. Tilapia al ajillo con patatas Fruta de temporada/Yogur y pan.	<b>10</b> Menestra de verduras con aceite de oliva virgen extra. Pechuga de pavo al curry con salsa de manzana y champiñones. Fruta de temporada y pan.
<b>13</b> Salteado de setas con gambas. Huevos revueltos con ajo y jamón. Fruta de temporada y pan.	<b>14</b> Sopa de pescado y marisco con fideos. Pechuga de pollo empanada al horno con tomates cherry. Fruta de temporada/Yogur y pan.	<b>15</b> Crema de champiñones con aceite de oliva virgen extra. Lomo de cerdo al horno con ensalada de lechuga y aceitunas. Fruta de temporada y pan.	<b>16</b> Guisantes salteados con jamón. Tortilla francesa con ensalada de lechuga y tomate. Fruta de temporada/Yogur y pan.	<b>17</b> Patatas revolconas. Bacalao rebozado al horno con lechuga y mayonesa. Fruta de temporada y pan.
<b>20</b> Acelgas al estilo del Huécar. Fogonero a la bilbaína con ensalada de lechuga y aceitunas. Fruta de temporada y pan.	<b>21</b> Crema de guisantes con aceite de oliva virgen extra. Lomo de cerdo al horno con ensalada de lechuga y tomate. Fruta de temporada/Yogur y pan.	<b>22</b> Pimientos asados con patatas al horno. Huevos revueltos con ajo y jamón. Fruta de temporada y pan.	<b>23</b> Espirales al graten. Empanadillas de atún horneadas con ensalada de lechuga y maíz. Fruta de temporada/Yogur y pan.	<b>24</b> Arroz meloso con setas. Tortilla francesa con ensalada de lechuga y zanahoria. Fruta de temporada y pan.
<b>27</b> Salteado de setas con jamón. Tortilla de patata con ensalada de lechuga y zanahoria. Fruta de temporada y pan.	<b>28</b> Espinacas con beicon. Marrajo al horno con lechuga y limón. Fruta de temporada/Yogur y pan.	<b>29</b> Mojete manchego con sardinillas. Salchichas de pavo al horno con lechuga y mayonesa. Fruta de temporada y pan.	<b>30</b> Ensalada mixta. Empanada de atún casera. Fruta de temporada/Yogur 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.*

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

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

*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.*