

MENÚ COMEDOR ESCOLAR - MAYO 2026

LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES
				<p>1</p> <p>FESTIVO</p>
<p>4</p> <p>-Crema de verduras (judías verdes, calabacín, patata y zanahoria) con aceite de oliva virgen extra.</p> <p>-Salmón a la bilbaína (cebolla, ajo, vinagre, pimentón y aceite de oliva virgen extra) con ensalada de lechuga y aceitunas.</p> <p><i>Contiene: Pescado, sulfitos</i></p> <p>-Fruta de temporada, pan y agua.</p> <p><i>Contiene: Gluten</i></p>	<p>5</p> <p>-Paella de verduras (pimientos, calabacín, zanahoria, brócoli, tomate, ajo, laurel y pimentón).</p> <p>-Jamoncito de pollo en salsa cazadora (cebolla, harina, vinagre, pimientos y tomate) con champiñones.</p> <p><i>Contiene: Gluten, sulfitos</i></p> <p>-Fruta de temporada, pan integral y agua.</p> <p><i>Contiene: Gluten</i></p>	<p>6</p> <p>-Lentejas ECOLÓGICAS guisadas con verduras (cebolla, patata, zanahoria y tomate).</p> <p><i>Contiene: Legumbres</i></p> <p>-Merluza al horno con ensalada de lechuga y maíz.</p> <p><i>Contiene: Pescado</i></p> <p>-Fruta de temporada, pan y agua.</p> <p><i>Contiene: Gluten</i></p>	<p>7</p> <p>-Sopa de ave con estrellitas.</p> <p><i>Contiene: Gluten, huevo</i></p> <p>-Estofado de magro de cerdo en salsa (cebolla, pimientos, vinagre, harina y tomate) con patatas dado.</p> <p><i>Contiene: Gluten, sulfitos</i></p> <p>-Fruta de temporada, pan integral y agua.</p> <p><i>Contiene: Gluten</i></p>	<p>8</p> <p>-Judías pintas estofadas con verduras (pimientos, cebolla, tomate, patata, zanahoria y laurel).</p> <p><i>Contiene: Legumbres</i></p> <p>-Tortilla de patata con ensalada de lechuga, maíz y zanahoria.</p> <p><i>Contiene: Huevo</i></p> <p>-Fruta de temporada/Yogur, pan y agua.</p> <p><i>Contiene: Gluten, leche</i></p>
<p>11</p> <p>-Macarrones INTEGRALES a la Napolitana con cebolla, zanahoria y tomate frito casero.</p> <p><i>Contiene: Gluten, huevo.</i></p> <p>-Burger meat mix al horno con ensalada de lechuga y aceitunas.</p> <p><i>Contiene: Proteína de guisante</i></p> <p>-Fruta de temporada, pan y agua.</p> <p><i>Contiene: Gluten</i></p>	<p>12</p> <p>-Estofado de judías blancas con cebolla, patata, zanahoria, tomate, pimentón, ajo y laurel.</p> <p><i>Contiene: Legumbres</i></p> <p>-Tortilla de calabacín con ensalada de lechuga y maíz.</p> <p><i>Contiene: Huevo</i></p> <p>-Fruta de temporada, pan integral y agua.</p> <p><i>Contiene: Gluten</i></p>	<p>13</p> <p>-Judías verdes cocidas con patata y aceite de oliva virgen extra.</p> <p>-Palometa en salsa marinera (cebolla, ajo, vinagre, perejil, pimentón, harina) con zanahoria salteada.</p> <p><i>Contiene: Pescado, gluten y sulfitos.</i></p> <p>-Fruta de temporada, pan y agua.</p> <p><i>Contiene: Gluten</i></p>	<p>14</p> <p>-Arroz de marisco con pimientos, cebolla y zanahoria.</p> <p><i>Contiene: Pescado, crustáceos, moluscos</i></p> <p>-Taqitos de contramuslo de pollo en pepitoria (cebolla, ajo morado, pan, vinagre) con guisantes salteados.</p> <p><i>Contiene: Legumbres, gluten, sulfitos</i></p> <p>-Fruta de temporada, pan integral y agua.</p> <p><i>Contiene: Gluten</i></p>	<p>15</p> <p>-Garbanzos estofados con patata y zanahoria.</p> <p><i>Contiene: Legumbres</i></p> <p>-Bacalao a la bilbaína (cebolla, ajo morado, vinagre, pimentón y aceite de oliva virgen extra) con ensalada de lechuga y aceitunas.</p> <p><i>Contiene: Pescado, sulfitos</i></p> <p>-Fruta de temporada/Yogur, pan y agua.</p> <p><i>Contiene: Gluten, leche</i></p>
<p>18</p> <p>-Puré de calabaza, zanahoria y patata con aceite de oliva virgen extra.</p> <p>-Merluza en salsa verde (cebolla, ajo, vinagre, harina, perejil, aceite de oliva virgen extra) con guisantes salteados.</p> <p><i>Contiene: Pescado, gluten, legumbres, sulfitos.</i></p> <p>-Fruta de temporada, pan y agua.</p> <p><i>Contiene: Gluten</i></p>	<p>19</p> <p>-Lentejas ECOLÓGICAS estofadas con calabacín, patata, cebolla y tomate.</p> <p><i>Contiene: Legumbres</i></p> <p>-Lomo de cerdo al horno con ensalada de lechuga y tomate.</p> <p>-Fruta de temporada, pan integral y agua.</p> <p><i>Contiene: Gluten</i></p>	<p>20</p> <p>-Fideuá de verduras (pimientos, cebolla, zanahoria y brócoli).</p> <p><i>Contiene: Gluten, huevo</i></p> <p>-Tortilla francesa con ensalada de lechuga, maíz y zanahoria.</p> <p><i>Contiene: Huevo</i></p> <p>-Fruta de temporada, pan y agua.</p> <p><i>Contiene: Gluten</i></p>	<p>21</p> <p>-Judías pintas guisadas con cebolla, pimientos, zanahoria y tomate.</p> <p><i>Contiene: Legumbres</i></p> <p>-Salmón a la bilbaína (cebolla, ajo, vinagre, pimentón y aceite de oliva virgen extra) con ensalada de lechuga y aceitunas.</p> <p><i>Contiene: Pescado, sulfitos</i></p> <p>-Fruta de temporada, pan integral y agua.</p> <p><i>Contiene: Gluten</i></p>	<p>22</p> <p>-Arroz blanco con tomate frito casero.</p> <p>-Jamoncito de pollo en salsa con verduras (judías verdes, calabacín, zanahoria y patata).</p> <p>-Fruta de temporada/Yogur, pan y agua.</p> <p><i>Contiene: Gluten, leche</i></p>
<p>25</p> <p>-Espaguetis INTEGRALES con tomate frito casero y queso.</p> <p><i>Contiene: Gluten, huevo, leche</i></p> <p>-Tilapia a la donostierra (ajo morado, perejil y aceite de oliva virgen extra) con ensalada de lechuga, maíz y zanahoria.</p> <p><i>Contiene: Pescado</i></p> <p>-Fruta de temporada, pan y agua.</p> <p><i>Contiene: Gluten</i></p>	<p>26</p> <p>-Judías blancas guisadas con chorizo, patata y zanahoria.</p> <p><i>Contiene: Legumbres</i></p> <p>-Taqitos de contramuslo de pollo en salsa de tomate con champiñones.</p> <p>-Fruta de temporada, pan integral y agua.</p> <p><i>Contiene: Gluten</i></p>	<p>27</p> <p>-Arroz con verduras (pimiento, calabacín, zanahoria y brócoli).</p> <p>-Tortilla de atún con ensalada de lechuga y aceitunas.</p> <p><i>Contiene: Huevo, pescado</i></p> <p>-Fruta de temporada, pan y agua.</p> <p><i>Contiene: Gluten</i></p>	<p>28</p> <p>-Hervido de verduras (judías verdes, patata, zanahoria y calabacín) con aceite de oliva virgen extra.</p> <p>-Palometa al horno con ensalada de lechuga y maíz.</p> <p><i>Contiene: Pescado</i></p> <p>-Fruta de temporada, pan integral y agua.</p> <p><i>Contiene: Gluten</i></p>	<p>29</p> <p>-Sopa de cocido con fideos.</p> <p><i>Contiene: Gluten, huevo</i></p> <p>-Cocido completo con garbanzos ECOLÓGICOS, patata, zanahoria y pollo.</p> <p><i>Contiene: Legumbres</i></p> <p>-Fruta de temporada/Yogur, pan y agua.</p> <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.


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 - MAYO 2026

CENAS SUGERIDAS EN EL MES...

LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES
				1 FESTIVO
4 Macarrones con boloñesa de carne. Huevos con bechamel y ensalada de lechuga y zanahoria. Fruta de temporada y pan.	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.

MENÚ NO PLV - MAYO 2026

LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES
4 -----	5 -----	6 -----	7 -----	8 ----- ----- Fruta de temporada/Yogur de soja
11 -----	12 -----	13 -----	14 -----	15 ----- ----- Fruta de temporada/Yogur de soja
18 -----	19 -----	20 -----	21 -----	22 ----- ----- Fruta de temporada/Yogur de soja
25 Espaguetis con tomate frito casero (sin queso). -----	26 -----	27 -----	28 -----	29 ----- ----- Fruta de temporada/Yogur de soja

MENÚ NO HUEVO - MAYO 2026

LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES
4 -----	5 -----	6 -----	7 Sopa de ave con estrellitas (maíz-arroz) . -----	8 ----- Pechuga de pavo a la plancha con ensalada de lechuga, maíz y zanahoria.
11 Macarrones (maíz-arroz) a la Napolitana con cebolla, zanahoria y tomate frito casero. -----	12 ----- Lomo de cerdo al horno con ensalada de lechuga, maíz y zanahoria.	13 -----	14 -----	15 -----
18 -----	19 -----	20 Fideuá (maíz-arroz) de verduras(pimientos, cebolla, zanahoria, brócoli) ----- Pechuga de pavo a la plancha con ensalada de lechuga, maíz y zanahoria.	21 -----	22 -----
25 Espaguetis (maíz-arroz) con tomate frito casero y queso. -----	26 -----	27 ----- Lomo de cerdo al horno con ensalada de lechuga, maíz y zanahoria.	28 -----	29 Sopa de ave con fideos (maíz-arroz) . -----