

# MENÚ COMEDOR ESCOLAR - ABRIL 2026

| LUNES                                                                                                                                                                                                                                                                                                                   | MARTES                                                                                                                                                                                                                                                                                                             | MIÉRCOLES                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                    | JUEVES                                                                                                                                                                                                                                                                                                                  | VIERNES                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                            |
|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
|                                                                                                                                                                                                                                        | <b>7</b><br>-Arroz blanco con tomate frito casero.<br>-Tortilla francesa con ensalada de lechuga, maíz y zanahoria.<br><i>Contiene: Huevo</i><br>-Fruta de temporada, <b>pan integral</b> y agua.<br><i>Contiene: Gluten</i>                                                                                       | <b>8</b><br>-Lentejas estofadas con calabacín, patata, cebolla y tomate.<br><i>Contiene: Legumbres</i><br>-Salmón a la bilbaína (cebolla, ajo, vinagre, pimentón y aceite de oliva virgen extra) con ensalada de lechuga y aceitunas.<br><i>Contiene: Pescado, sulfitos</i><br>-Fruta de temporada, <b>pan</b> y agua.<br><i>Contiene: Gluten</i>                            | <b>9</b><br>-Puré de calabaza, zanahoria y patata con aceite de oliva virgen extra.<br>-Jamoncito de pollo <b>en salsa cazadora</b> (cebolla, pimientos, vinagre, harina y tomate) con champiñones.<br><i>Contiene: Gluten, sulfitos</i><br>-Fruta de temporada, <b>pan integral</b> y agua.<br><i>Contiene: Gluten</i> | <b>10</b><br>-Sopa de ave con <b>fideos</b> .<br><i>Contiene: Gluten, huevo</i><br>-Ventresca de bacalao <b>en salsa verde</b> (cebolla, ajo, harina, vinagre, perejil y aceite de oliva virgen extra) <b>con guisantes salteados</b> .<br><i>Contiene: Pescado, gluten, legumbres, sulfitos</i><br>-Fruta de temporada/Yogur, <b>pan</b> y agua<br><i>Contiene: Gluten, leche</i> |
| <b>13</b><br>-Hervido de verduras (judías verdes, calabacín, zanahoria y patata) con aceite de oliva virgen extra.<br>-Magro de cerdo guisado con pimiento, cebolla, ajo y tomate.<br>-Fruta de temporada, <b>pan</b> y agua.<br><i>Contiene: Gluten</i>                                                                | <b>14</b><br>-Estofado de <b>judías blancas</b> con patata, cebolla, zanahoria, tomate, pimentón, ajo y laurel.<br><i>Contiene: Legumbres</i><br>-Merluza al horno con ensalada de lechuga y aceitunas.<br><i>Contiene: Pescado</i><br>-Fruta de temporada, <b>pan integral</b> y agua.<br><i>Contiene: Gluten</i> | <b>15</b><br>-Macarrones <b>INTEGRALES</b> a la Napolitana con cebolla, zanahoria y tomate frito casero.<br><i>Contiene: Gluten, huevo</i><br>-Tortilla de calabacín con ensalada de lechuga, maíz y zanahoria.<br><i>Contiene: Huevo</i><br>-Fruta de temporada, <b>pan</b> y agua.<br><i>Contiene: Gluten</i>                                                              | <b>16</b><br>-Paella de verduras (pimientos, alcachofa, zanahoria, brócoli, tomate, ajo, laurel y pimentón).<br>-Palometa al horno con ensalada de lechuga y maíz.<br><i>Contiene: Pescado</i><br>-Fruta de temporada, <b>pan integral</b> y agua.<br><i>Contiene: Gluten</i>                                           | <b>17</b><br>-Garbanzos <b>ECOLÓGICOS</b> guisados con calabaza y patata.<br><i>Contiene: Legumbres</i><br>-Taqitos de contramuslo de pollo <b>en pepitoria</b> (cebolla, ajo morado, <b>pan</b> , vinagre) con champiñones.<br><i>Contiene: Gluten, sulfitos</i><br>-Fruta de temporada/Yogur, <b>pan</b> y agua.<br><i>Contiene: Gluten, leche</i>                               |
| <b>20</b><br>-Espaguetis <b>INTEGRALES</b> con tomate frito casero y queso.<br><i>Contiene: Gluten, huevo, leche</i><br>-Burger meat mix al horno con ensalada de lechuga y maíz.<br><i>Contiene: Proteína de guisante</i><br>-Fruta de temporada, <b>pan</b> y agua.<br><i>Contiene: Gluten</i>                        | <b>21</b><br>-Arroz de marisco con pimientos, cebolla y zanahoria.<br><i>Contiene: Pescado, crustáceos, moluscos</i><br>-Tortilla de patata con ensalada de lechuga, maíz y zanahoria.<br><i>Contiene: Huevo</i><br>-Fruta de temporada, <b>pan integral</b> y agua.<br><i>Contiene: Gluten</i>                    | <b>22</b><br>-Lentejas <b>ECOLÓGICAS</b> guisadas con verduras (patata, zanahoria, cebolla, ajo y laurel).<br><i>Contiene: Legumbres</i><br>-Tilapia <b>en salsa marinera</b> (cebolla, ajo, perejil, pimentón, harina, vinagre) con zanahoria salteada.<br><i>Contiene: Pescado, gluten, sulfitos</i><br>-Fruta de temporada, <b>pan</b> y agua.<br><i>Contiene: Gluten</i> | <b>23</b><br>-Puré de calabacín, patata y puerro con aceite de oliva virgen extra.<br>-Jamoncito de pollo <b>en pepitoria</b> (cebolla, ajo morado, <b>pan</b> , vinagre) con champiñones.<br><i>Contiene: Gluten, sulfitos</i><br>-Fruta de temporada, <b>pan integral</b> y agua.<br><i>Contiene: Gluten</i>          | <b>24</b><br>-Judías pintas guisadas con cebolla, pimientos, zanahoria y tomate.<br><i>Contiene: Legumbres</i><br>-Salmón a la bilbaína (cebolla, ajo, vinagre, pimentón y aceite de oliva virgen extra) con ensalada de lechuga y aceitunas.<br><i>Contiene: Pescado, sulfitos</i><br>-Fruta de temporada/Yogur, <b>pan</b> y agua.<br><i>Contiene: Gluten, leche</i>             |
| <b>27</b><br>-Arroz blanco con tomate frito casero.<br>-Ventresca de bacalao <b>en salsa verde</b> (cebolla, ajo, harina, perejil y aceite de oliva virgen extra) <b>con guisantes salteados</b> .<br><i>Contiene: Pescado, gluten, legumbres</i><br>-Fruta de temporada, <b>pan</b> y agua.<br><i>Contiene: Gluten</i> | <b>28</b><br>-Garbanzos estofados con verduras (patata y zanahoria).<br><i>Contiene: Legumbres</i><br>-Jamoncito de pollo al horno con ensalada de lechuga y aceitunas.<br>-Fruta de temporada, <b>pan integral</b> y agua.<br><i>Contiene: Gluten</i>                                                             | <b>29</b><br>-Judías verdes cocidas con patata y aceite de oliva virgen extra.<br>-Tortilla de atún con ensalada de lechuga, maíz y zanahoria.<br><i>Contiene: Huevo, pescado</i><br>-Fruta de temporada, <b>pan</b> y agua.<br><i>Contiene: Gluten</i>                                                                                                                      | <b>30</b><br>-Sopa de ave con <b>fideos</b> .<br><i>Contiene: Gluten, huevo</i><br>-Palometa en salsa vizcaína (Cebolla y tomate) con calabaza salteada.<br><i>Contiene: Pescado</i><br>-Fruta de temporada, <b>pan integral</b> y agua.<br><i>Contiene: Gluten</i>                                                     |                                                                                                                                                                                                                                                                                               |

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 - ABRIL 2026

## CENAS SUGERIDAS EN EL MES...

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

*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