

# MENÚ ELABORADO POR EL DEPARTAMENTO DE NUTRICIÓN DE aramark

MES: Abril 2026

CEIP FLORIAN REY

| Lunes   | Martes  | Miércoles  | Jueves   | Viernes  | Sábado  | Domingo  |
|---|---|--|--|--|---|--|
| 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> |   | <b>1</b><br><b>FESTIVO</b><br>1º Legumbres 2º Pescado con Verdura y Fruta<br>(* 1º Verdura 2º Carne con Patatas y Lácteos)   | <b>2</b><br><b>FESTIVO</b><br>1º Verdura 2º Pescado con Patatas y Fruta<br>(* 1º Arroz 2º Huevos con Verdura y Lácteos)  | <b>3</b><br><b>FESTIVO</b><br>1º Verdura 2º Carne con Pasta y Fruta<br>(* 1º Legumbres 2º Pescado con Verdura y Lácteos)   | <b>4</b><br>1º Pasta 2º Carne con Verdura y Fruta<br>1º Verdura 2º Pescado con Legumbres y Lácteos  | <b>5</b><br>1º Patatas 2º Huevos con Verdura y Fruta<br>1º Verdura 2º Carne con Pasta y Lácteos      |
| <b>6</b><br><b>FESTIVO</b><br>1º Verdura 2º Carne con Patatas y Fruta<br>(* 1º Arroz 2º Pescado con Verdura y Fruta)  | <b>7</b><br>Macarrones con salsa de tomate Tortilla de patatas con ensalada de lechuga y remolacha Fruta y pan integral<br>(* 1º Verdura 2º Pescado con Legumbres y Lácteos)<br><br>VE:3.085/738 GT:25 GS:3 HC:74 AZ:26 PROT:32 SAL:1   | <b>8</b><br>Alubias pintas estofadas Abadejo a la donostiarra con ensalada de lechuga y tomate Fruta y pan<br>(* 1º Verdura 2º Carne con Patatas y Fruta)<br><br>VE:3.060/732 GT:13 GS:2 HC:108 AZ:28 PROT:30 SAL:3    | <b>9</b><br>Menestra de verduras salteadas Pollo al horno con pisto Yogur y pan integral<br>(* 1º Verdura 2º Huevos con Pasta y Fruta)<br><br>VE:3.093/740 GT:25 GS:6 HC:87 AZ:14 PROT:41 SAL:1    | <b>10</b><br>Arroz tres delicias Filete de caballa en salsa de tomate con ensalada de lechuga y cebolla Fruta y pan<br>(* 1º Verdura 2º Carne con Patatas y Lácteos)<br><br>VE:3.240/775 GT:19 GS:3 HC:111 AZ:26 PROT:33 SAL:1 | <b>11</b><br>1º Pasta 2º Carne con Verdura y Lácteos<br>1º Verdura 2º Pescado con Arroz y Fruta     | <b>12</b><br>1º Patatas 2º Huevos con Verdura y Lácteos<br>1º Legumbres 2º Carne con Pasta y Lácteos |
| <b>13</b><br>Paella de verduras Jamoncitos de pollo al chilindrón con ensalada de lechuga y aceitunas negras Fruta y pan<br>(* 1º Verdura 2º Pescado con Patatas y Fruta)<br><br>VE:3.285/786 GT:30 GS:5 HC:130 AZ:25 PROT:53 SAL:2       | <b>14</b><br>Sopa de fideos integral Magro en salsa con ensalada de lechuga, pepino y maíz Fruta y pan integral<br>(* 1º Verdura 2º Huevos con Patatas y Lácteos)<br><br>VE:3.106/743 GT:13 GS:2 HC:102 AZ:26 PROT:40 SAL:2   | <b>15</b><br>Lentejas estofadas con verduras Tortilla de calabacín con ensalada de lechuga y maíz Fruta y pan<br>(* 1º Verdura 2º Pescado con Pasta y Fruta)<br><br>VE:3.177/760 GT:11 GS:1 HC:112 AZ:28 PROT:27 SAL:1 | <b>16</b><br>Crema de zanahoria (eco.) Espaguetis con boloñesa de soja Yogur y pan integral<br>(* 1º Pasta 2º Carne con Verdura y Fruta)<br><br>VE:3.068/734 GT:13 GS:4 HC:103 AZ:17 PROT:24 SAL:1 | <b>17</b><br>Garbanzos estofados con verduras Merluza con pil pil de tomate con patatas dado Fruta y pan<br>(* 1º Verdura 2º Huevos con Verdura y Lácteos)<br><br>VE:3.302/790 GT:29 GS:3 HC:116 AZ:35 PROT:49 SAL:1           | <b>18</b><br>1º Arroz 2º Carne con Verdura y Lácteos<br>1º Verdura 2º Pescado con Legumbres y Fruta | <b>19</b><br>1º Patatas 2º Pescado con Verdura y Lácteos<br>1º Verdura 2º Carne con Arroz y Lácteos  |
| <b>20</b><br>Judías verdes con patatas Salmón al horno con salsa de zanahoria Fruta y pan<br>(* 1º Arroz 2º Carne con Patatas y Fruta)<br><br>VE:3.043/728 GT:15 GS:2 HC:89 AZ:34 PROT:39 SAL:1   | <b>21</b><br>Macarrones integrales (eco.) con salsa napolitana (tomate, calabacín y albahaca) Pollo asado al romero con ensalada de lechuga, pepino y zanahoria Fruta y pan integral<br>(* 1º Verdura 2º Pescado con Legumbres y Lácteos)<br><br>VE:3.064/733 GT:12 GS:3 HC:104 AZ:23 PROT:25 SAL:2 | <b>22</b><br>Garbanzos estofados con arroz Revuelto de queso con ensalada de lechuga y maíz Fruta y pan<br>(* 1º Verdura 2º Pescado con Arroz y Lácteos)<br><br>VE:3.089/739 GT:3 GS:0 HC:123 AZ:32 PROT:103 SAL:2     | <b>23</b><br><b>FESTIVO</b><br>1º Pasta 2º Carne con Verdura y Fruta<br>(* 1º Verdura 2º Huevos con Patatas y Lácteos)   | <b>24</b><br><b>FESTIVO</b><br>1º Verdura 2º Pescado con Pasta y Lácteos<br>(* 1º Legumbres 2º Carne con Verdura y Fruta)  | <b>25</b><br>1º Patatas 2º Pescado con Verdura y Fruta<br>1º Verdura 2º Carne con Pasta y Fruta     | <b>26</b><br>1º Arroz 2º Carne con Verdura y Lácteos<br>1º Verdura 2º Huevos con Patatas y Lácteos   |
| <b>27</b><br>Sopa de fideos integral Lomo asado al ajillo con ensalada de lechuga y remolacha Fruta y pan<br>(* 1º Verdura 2º Pescado con Patatas y Lácteos)<br><br>VE:3.122/747 GT:24 GS:5 HC:72 AZ:28 PROT:33 SAL:2                     | <b>28</b><br>Lentejas estofadas con verduras Tortilla de patatas con ensalada de lechuga y tomate Fruta y pan integral<br>(* 1º Verdura 2º Pescado con Arroz y Fruta)<br><br>VE:3.212/768 GT:21 GS:3 HC:118 AZ:26 PROT:33 SAL:1   | <b>29</b><br>Crema de calabacín (eco.) Pollo asado con tomillo con patatas dado Fruta y pan<br>(* 1º Arroz 2º Huevos con Verdura y Fruta)<br><br>VE:3.139/751 GT:15 GS:3 HC:73 AZ:29 PROT:45 SAL:2                     | <b>30</b><br>Salteado de brócoli con jamón Abadejo a la andaluza Yogur y pan integral<br>(* 1º Pasta 2º Carne con Verdura y Fruta)<br><br>VE:3.060/732 GT:16 GS:4 HC:77 AZ:15 PROT:24 SAL:3        |  |   |  |

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

VISITA NUESTRA WEB: [WWW.ELGUSTODECRECER.ES](http://WWW.ELGUSTODECRECER.ES)