

MENÚ ESCOLAR

CEIP Reina Sofía



semana 1

lunes

1º Lentejas con verduras (calabacín, zanahoria).

2º Ensalada de lechuga, tomate, maíz y aceitunas.
Salmón a la plancha.

Fruta/Pan blanco

martes

1º Cocido de garbanzos con judías verdes.

2º Tortilla de calabacín y queso mozzarella.

Fruta/ Pan integral

miércoles

1º Crema de calabaza, zanahoria y cebolla.

2º Picadillo de tomate. Boquerones fritos al limón.

Fruta/Pan blanco

jueves

1º Patatas panaderas con pimiento y cebolla.

2º Albóndigas de carne de pavo y cerdo con salsa de verdura y almendras.

Fruta/ Pan integral

viernes

1º Ensalada de lechuga, zanahoria y aceitunas.

2º Macarrones con carne picada de pollo y pisto de verduras.

Yogur /Pan blanco

semana 2

lunes

1º Arroz tres delicias con guisantes, tortilla y gambas.

2º Ensalada de lechuga. Rosada en salsa verde.

Fruta/Pan blanco

martes

1º Crema de verduras (calabacín y zanahoria).

2º Bocadillo de hamburguesa de pollo, lechuga y tomate.

Fruta

miércoles

1º Ensalada tropical con piña, maíz y zanahoria.

2º Cazuela de fideos con cazón y calamares.

Fruta/Pan blanco

jueves

1º Sopa de picadillo (huevo, jamón y zanahoria).

2º Merluza con ajito y perejil. Ensalada con queso, manzana y remolacha.

Fruta/Pan integral

viernes

1º Ensalada con lechuga, pepino, zanahoria y aguacate.

2º Espaguetis con salsa de tomate, atún y queso.

Yogur/Pan blanco

semana 3

lunes

1º Ensalada de pasta con tomate, maíz, zanahoria y queso.

2º Tortilla francesa con arbolitos de brócoli.

Fruta/Pan blanco

martes

1º Ensalada de lechuga, aguacate y tomate.

2º Arroz a la cubana con huevo plancha y salchicha fresca.

Fruta/Pan integral

miércoles

1º Lentejas con quinoa y calabaza.

2º Picadillo de tomate. Calamares rebozados.

Fruta/Pan blanco

jueves

1º Crema de coliflor.

2º Salmón al horno con patata, calabacín, pimiento y cebolla.

Fruta/Pan integral

viernes

1º Ensalada con queso, manzana y remolacha.

2º Pollo troceado con salsa de zanahoria, cebolla y patatas fritas.

Yogur /Pan blanco

semana 4

lunes

1º Potaje de alubias con arroz.

2º Merluza en salsa de pimiento rojo.

Fruta/Pan blanco

martes

1º Picadillo de tomate y aceituna.

2º Patatas fritas con jamoncitos de pollo al horno.

Fruta/Pan integral

miércoles

1º Arroz caldoso con verduras (judías verdes, zanahoria).

2º Rosada con salsa de pimiento del piquillo

Fruta/Pan blanco

jueves

1º Guiso de garbanzos con verduras y arroz.

2º Tortilla de patatas.

Fruta/Pan integral

viernes

1º Ensalada de lechuga, tomate y zanahoria.

2º Macarrones con pollo y tomate gratinados con queso.

Yogur/Pan blanco

- Se prioriza la fruta de temporada.
- Yogur blanco azucarado.



Curso 2024 - 2025