



MENU BASAL		marzo 2026		
LUNES 2	MARTES 3	MIÉRCOLES 4	JUEVES 5	VIERNES 6
• Lentejas con calabaza • Tortilla francesa(3) • Lechuga, zanahoria y olivas • Fruta variada de temporada Pan: Integral/Blanco (1)	• Puré de 5 verduras • Hamburguesa plancha • Patatas fritas • Fruta variada de temporada Pan: Integral/Blanco (1)	• Paella Mixta • Merluza en salsa de verduras (1,4) • Lechuga, remolacha y maíz • Yogur (7) Pan: Blanco (1)	• Macarrones con tomate (1,3,6,10) • Pollo guisado • Verduras salteadas • Fruta variada de temporada Pan: Blanco (1)	• Judías verdes guisadas • Limanda empanada (3,4,8) • Tomate con queso y orégano • Fruta variada de temporada Pan: Blanco (1)
Kcal : 712 Pr14% Lp: 56% HC: 28%	Kcal : 667 Pr 11% Lp: 45% HC: 42%	Kcal : 601 Pr 21% Lp: 24% HC: 54%	Kcal :682 Pr 15% Lp: 39% HC: 45%	Kcal : 602 Pr 18% Lp:29% HC: 51%
LUNES 9	MARTES 10	MIÉRCOLES 11	JUEVES 12	VIERNES 13
• Lentejas con arroz integral • Albóndigas a la jardinera • Guisantes salteados • Fruta variada de temporada Pan: Integral/Blanco (1)	• Spaghetti carbonara(1,3,6,7,10) • Lacón a la gallega • Patata al vapor • Yogur(7) Pan: Integral/Blanco (1)	• Patatas guisadas • Huevos al plato (3) • Lechuga, zanahoria y maíz • Fruta variada de temporada Pan: Blanco (1)	• Crema de zanahoria ECO • Contramuslo pollo al limón • Cus Cus (1) • Fruta variada de temporada Pan: Blanco (1)	• Menestra de verduras • Merluza rebozada (1,4) • Lechuga, tomate y maíz • Fruta variada de temporada Pan: Blanco (1)
Kcal : 696 Pr17% Lp: 44% HC: 38%	Kcal : 769 Pr 17% Lp: 50% HC: 32%	Kcal : 610 Pr 13% Lp: 24% HC: 61%	Kcal :656 Pr 20% Lp:36% HC: 42%	Kcal : 614 Pr 13% Lp:44% HC: 38%
LUNES 16	MARTES 17	MIÉRCOLES 18	JUEVES 19	VIERNES 20
• Brócoli con jamón • Cinta de lomo a la plancha • Pasta salteada (1,3,6,10) • Fruta variada de temporada Pan: Integral/Blanco (1)	• Macarrones napolitana (1,3,6,10) • Tortilla francesa(3) • Lechuga,tomate,cebolla crujiente • Fruta variada de temporada Pan: Integral/Blanco (1)	• Sopa de cocido (1,3,6,10) • Cocido Completo • Yogur(7) Pan: Blanco (1)	• Arroz con tomate • San jacobito casero (1,3,7,8) • Lechuga, remolacha y maíz • Fruta variada de temporada Pan: Blanco (1)	• Judías Blancas guisadas con verduras • Bacalao con tomate (4) • Lechuga, zanahoria y maíz • Fruta variada de temporada ECO Pan: Blanco (1)
Kcal : 668 Pr 17% Lp: 48% HC: 34%	Kcal : 708 Pr 13% Lp: 47% HC: 39%	Kcal : 678 Pr 23% Lp: 40% HC:35%	Kcal : 739 Pr 11% Lp: 48% HC:40%	Kcal : 692 Pr 28% Lp: 35% HC: 36%
LUNES 23	MARTES 24	MIÉRCOLES 25	JUEVES 26	VIERNES 27
• Lentejas con chorizo • Salmon al horno con eneldo (4) • Lechuga, brotes de soja y maíz (6) • Fruta variada de temporada Pan: Integral/Blanco (1)	• Sopa de ave con fideos(1,3,6,10) • Pollo asado a las finas hierbas • Zanahoria baby • Yogur (7) Pan: Integral/Blanco (1)	• Salteado de guisantes con jamón • Escalope de cerdo (1, 3, 8) • Lechuga, zanahoria y olivas • Fruta variada de temporada Pan: Blanco (1)	• Vichyssoise con manzana (7) • Tortilla de patata(3) • Arroz integral • Fruta variada de temporada Pan: Blanco (1)	VACACIONES DE SEMANA SANTA
Kcal : 789 Pr 15% Lp:57% HC: 27%	Kcal : 657 Pr 21% Lp: 37% HC: 41%	Kcal : 691 Pr 17% Lp: 50% HC: 31%	Kcal : 578 Pr 10% Lp: 33% HC: 55%	
LUNES 30	MARTES 31	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES
VACACIONES DE SEMANA SANTA	VACACIONES DE SEMANA SANTA	VACACIONES DE SEMANA SANTA	VACACIONES DE SEMANA SANTA	VACACIONES DE SEMANA SANTA

1-Gluten |
 2-Crustáceos |
 3-Huevos |
 4-Pescado |
 5-Cacahuetes |
 6-Soja |
 7-Leche |
 8-Frutos cáscara |
 9-Apio |
 10-Mostaza |
 11-Sésamo |
 12-Sulfitos |
 13-Altramuces |
 14-Moluscos

Elaboramos el menú a diario en las cocinas del colegio


ALERGICOS HUEVO

marzo 2026

LUNES 2	MARTES 3	MIÉRCOLES 4	JUEVES 5	VIERNES 6
• Lentejas con calabaza • Filete de pollo plancha • Lechuga, zanahoria y olivas • Fruta variada de temporada Pan: Integral/Blanco (1)	• Puré de 5 verduras • Hamburguesa plancha • Patatas fritas • Fruta variada de temporada Pan: Integral/Blanco (1)	• Paella Mixta • Merluza en salsa de verduras(1,4) • Lechuga, remolacha y maíz • Yogur (7) Pan: Blanco (1)	• Macarrones con tomate (1,3,6,10) • Pollo guisado • Verduras salteadas • Fruta variada de temporada Pan: Blanco (1)	• Judías verdes guisadas • Limanda al horno(4) • Tomate con queso y orégano • Fruta variada de temporada Pan: Blanco (1)
Kcal : 712 Pr14% Lp: 56% HC: 28%	Kcal : 667 Pr 11% Lp: 45% HC: 42%	Kcal : 601 Pr 21% Lp: 24% HC: 54%	Kcal :682 Pr 15% Lp: 39% HC: 45%	Kcal : 602 Pr 18% Lp:29% HC: 51%
LUNES 9	MARTES 10	MIÉRCOLES 11	JUEVES 12	VIERNES 13
• Lentejas con arroz integral • Albóndigas a la jardinera • Guisantes salteados • Fruta variada de temporada Pan: Integral/Blanco (1)	• Spaghetti carbonara (1,3,6,7, 10) • Lacón a la gallega • Patata al vapor • Yogur(7) Pan: Integral/Blanco (1)	• Patatas guisadas • Filete de ternera • Lechuga, zanahoria y maíz • Fruta variada de temporada Pan: Blanco (1)	• Crema de zanahoria ECO • Contramuslo pollo al limón • Cus Cus • Fruta variada de temporada Pan: Blanco (1)	• Menestra de verduras • Merluza frita(1, 4) • Lechuga, tomate y maíz • Fruta variada de temporada Pan: Blanco (1)
Kcal : 696 Pr17% Lp: 44% HC: 38%	Kcal : 769 Pr 17% Lp: 50% HC: 32%	Kcal : 610 Pr 13% Lp: 24% HC: 61%	Kcal :656 Pr 20% Lp:36% HC: 42%	Kcal : 614 Pr 13% Lp:44% HC: 38%
LUNES 16	MARTES 17	MIÉRCOLES 18	JUEVES 19	VIERNES 20
• Brócoli con jamón • Cinta de lomo a la plancha • Pasta salteada • Fruta variada de temporada Pan: Integral/Blanco (1)	• Macarrones napolitana(1,3,6,10) • Merluza a la plancha (4) • Lechuga,tomate,cebolla crujiente • Fruta variada de temporada Pan: Integral/Blanco (1)	• Sopa de cocido (1,3,6,10) • Cocido Completo • Yogur(7) Pan: Blanco (1)	• Arroz con tomate • San jacob casero (1,3,7,8) • Lechuga, remolacha y maíz • Fruta variada de temporada Pan: Blanco (1)	• Judías Blancas guisadas con verduras • Bacalao con tomate(4) • Lechuga, zanahoria y maíz • Fruta variada de temporada ECO Pan: Blanco (1)
Kcal : 668 Pr 17% Lp: 48% HC: 34%	Kcal : 708 Pr 13% Lp: 47% HC: 39%	Kcal : 678 Pr 23% Lp: 40% HC:35%	Kcal : 739 Pr 11% Lp: 48% HC:40%	Kcal : 692 Pr 28% Lp: 35% HC: 36%
LUNES 23	MARTES 24	MIÉRCOLES 25	JUEVES 26	VIERNES 27
• Lentejas con chorizo • Salmon al horno con eneldo(4) • Lechuga, brotes de soja y maíz (6) • Fruta variada de temporada Pan: Integral/Blanco (1)	• Sopa de ave con fideos(1,3,6,10) • Pollo asado a las finas hierbas • Zanahoria baby • Yogur (7) Pan: Integral/Blanco (1)	• Salteado de guisantes con jamón • Escalope de cerdo • Lechuga, zanahoria y olivas • Fruta variada de temporada Pan: Blanco (1)	• Vichyssoie con manzana (7) • Cinta de lomo plancha • Arroz integral • Fruta variada de temporada Pan: Blanco (1)	VACACIONES DE SEMANA SANTA
Kcal : 789 Pr 15% Lp:57% HC: 27%	Kcal : 657 Pr 21% Lp: 37% HC: 41%	Kcal : 691 Pr 17% Lp: 50% HC: 31%	Kcal : 578 Pr 10% Lp: 33% HC: 55%	
LUNES 30	MARTES 31	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES
VACACIONES DE SEMANA SANTA	VACACIONES DE SEMANA SANTA	VACACIONES DE SEMANA SANTA	VACACIONES DE SEMANA SANTA	VACACIONES DE SEMANA SANTA

1-Gluten |
 2-Crustáceos |
 3-Huevos |
 4-Pescado |
 5-Cacahuets |
 6-Soja |
 7-Leche |
 8-Frutos cáscara |
 9-Apio |
 10-Mostaza |
 11-Sésamo |
 12-Sulfitos |
 13-Altramuces |
 14-Moluscos

Elaboramos el menú a diario en las cocinas del colegio

Controles bromatológicos realizados por Safety Food Systems. · Carla G Haberkon Bascones, Diplomada en Nutrición Humana y Dietética, colegiada N°MAD00833



ALERGICOS PESCADO		marzo 2026		
LUNES 2	MARTES 3	MIÉRCOLES 4	JUEVES 5	VIERNES 6
• Lentejas con calabaza • Tortilla francesa(3) • Lechuga, zanahoria y olivas • Fruta variada de temporada Pan: Integral/Blanco (1)	• Puré de 5 verduras • Hamburguesa plancha • Patatas fritas • Fruta variada de temporada Pan: Integral/Blanco (1)	• Paella Mixta • Cinta de lomo plancha • Lechuga, remolacha y maíz • Yogur(7) Pan: Blanco (1)	• Macarrones con tomate (1,3,6,10) • Pollo guisado • Verduras salteadas • Fruta variada de temporada Pan: Blanco (1)	• Judías verdes guisadas • Filete de ternera plancha • Tomate con queso y orégano • Fruta variada de temporada Pan: Blanco (1)
Kcal : 712 Pr14% Lp: 56% HC: 28%	Kcal : 667 Pr 11% Lp: 45% HC: 42%	Kcal : 601 Pr 21% Lp: 24% HC: 54%	Kcal :682 Pr 15% Lp: 39% HC: 45%	Kcal : 602 Pr 18% Lp:29% HC: 51%
LUNES 9	MARTES 10	MIÉRCOLES 11	JUEVES 12	VIERNES 13
• Lentejas con arroz integral • Albóndigas a la jardinera • Guisantes salteados • Fruta variada de temporada Pan: Integral/Blanco (1)	• Spaghetti carbonara(1,3,6,7,10) • Lacón a la gallega • Patata al vapor • Yogur(7) Pan: Integral/Blanco (1)	• Patatas guisadas • Huevos al plato (3) • Lechuga, zanahoria y maíz • Fruta variada de temporada Pan: Blanco (1)	• Crema de zanahoria ECO • Contramuslo pollo al limón • Cus Cus • Fruta variada de temporada Pan: Blanco (1)	• Menestra de verduras • Tortilla francesa (3) • Lechuga, tomate y maíz • Fruta variada de temporada Pan: Blanco (1)
Kcal : 696 Pr17% Lp: 44% HC: 38%	Kcal : 769 Pr 17% Lp: 50% HC: 32%	Kcal : 610 Pr 13% Lp: 24% HC: 61%	Kcal :656 Pr 20% Lp:36% HC: 42%	Kcal : 614 Pr 13% Lp:44% HC: 38%
LUNES 16	MARTES 17	MIÉRCOLES 18	JUEVES 19	VIERNES 20
• Brócoli con jamón • Cinta de lomo a la plancha • Pasta salteada • Fruta variada de temporada Pan: Integral/Blanco (1)	• Macarrones napolitana(1,3,6,10) • Tortilla francesa (3) • Lechuga,tomate,cebolla crujiente • Fruta variada de temporada Pan: Integral/Blanco (1)	• Sopa de cocido (1,3,6,10) • Cocido Completo • Yogur(7) Pan: Blanco (1)	• Arroz con tomate • San jacob casero (1,3,7,8) • Lechuga, remolacha y maíz • Fruta variada de temporada Pan: Blanco (1)	• Judías Blancas guisadas con verduras • Filete de pollo plancha • Lechuga, zanahoria y maíz • Fruta variada de temporada ECO Pan: Blanco (1)
Kcal : 668 Pr 17% Lp: 48% HC: 34%	Kcal : 708 Pr 13% Lp: 47% HC: 39%	Kcal : 678 Pr 23% Lp: 40% HC:35%	Kcal : 739 Pr 11% Lp: 48% HC:40%	Kcal : 692 Pr 28% Lp: 35% HC: 36%
LUNES 23	MARTES 24	MIÉRCOLES 25	JUEVES 26	VIERNES 27
• Lentejas con chorizo • Cinta de lomo plancha • Lechuga, brotes de soja y maíz(6) • Fruta variada de temporada Pan: Integral/Blanco (1)	• Sopa de ave con fideos(1,3,6,10) • Pollo asado a las finas hierbas • Zanahoria baby • Yogur (7) Pan: Integral/Blanco (1)	• Salteado de guisantes con jamón • Escalope de cerdo • Lechuga, zanahoria y olivas • Fruta variada de temporada Pan: Blanco (1)	• Vichyssoie con manzana (7) • Tortilla de patata (3) • Arroz integral • Fruta variada de temporada Pan: Blanco (1)	VACACIONES DE SEMANA SANTA
Kcal : 789 Pr 15% Lp:57% HC: 27%	Kcal : 657 Pr 21% Lp: 37% HC: 41%	Kcal : 691 Pr 17% Lp: 50% HC: 31%	Kcal : 578 Pr 10% Lp: 33% HC: 55%	
LUNES 30	MARTES 31	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES
VACACIONES DE SEMANA SANTA	VACACIONES DE SEMANA SANTA	VACACIONES DE SEMANA SANTA	VACACIONES DE SEMANA SANTA	VACACIONES DE SEMANA SANTA

1-Gluten |
 2-Crustáceos |
 3-Huevos |
 4-Pescado |
 5-Cacahuets |
 6-Soja |
 7-Leche |
 8-Frutos cáscara |
 9-Apio |
 10-Mostaza |
 11-Sésamo |
 12-Sulfitos |
 13-Altramuces |
 14-Moluscos

Elaboramos el menú a diario en las cocinas del colegio

Controles bromatológicos realizados por Safety Food Systems. · Carla G Haberkon Bascones, Diplomada en Nutrición Humana y Dietética, colegiada N°MAD00833