

Menú Escolar Abril 2025

	Martes 1	Miércoles 2	Jueves 3	Viernes 4
	Judías verdes salteadas Hamburguesa con lechuga Yogur, pan y agua	Patatas a la marinera Lomo con ensalada Fruta, pan y agua	Arroz murciano (con verduras) Pechuga de pollo con rodaja de tomate Fruta, pan y agua	Sopa de estrellas Tortilla francesa con patatas fritas Fruta, pan y agua
	KCal.: 617 Prot.: 29,8 Lip.: 23,5 H.car.: 71,5	KCal.: 692 Prot.: 30 Lip.: 28,7 H.car.: 78	KCal.: 688 Prot.: 34,2 Lip.: 22,5 H.car.: 117	KCal.: 532 Prot.: 14,6 Lip.: 18,7 H.car.: 75
Lunes 7	Martes 8	Miércoles 9	Jueves 10	Viernes 11
Arroz con verduras Rabas y croquetas con ensalada Fruta, pan integral y agua	Tallarines carbonara Salchichas frankfurt con lechuga Fruta, pan y agua	Judías verdes rehogadas Guiso de pavo Yogur, pan y agua	Sopa de fideos Tortilla española con jamón y ensalada Fruta, pan y agua	Judías blancas Lenguado a la romana con patatas fritas Fruta, pan y agua
KCal.: 645 Prot.: 11,9 Lip.: 31 H.car.: 104	KCal.: 1015 Prot.: 49 Lip.: 34 H.car.: 132	KCal.: 652 Prot.: 29 Lip.: 23 H.car.: 79	KCal.: 710 Prot.: 28 Lip.: 30 H.car.: 68	KCal.: 863 Prot.: 69 Lip.: 20 H.car.: 106
Lunes 14	Martes 15	Miércoles 16	Jueves 17	Viernes 18
Vacaciones	Vacaciones	Vacaciones	JUEVES SANTO	VIERNES SANTO
Lunes 21	Martes 22	Miércoles 23	Jueves 24	Viernes 25
Vacaciones	No Lectivo Local	SAN JORGE (Día de Aragón)	Guiso de arroz Lomo con lechuga Fruta, pan y agua	Sopa maravilla Tortilla con jamón y rodaja de tomate Fruta, pan y agua
			KCal.: 680 Prot.: 38 Lip.: 14,9 H.car.: 98	KCal.: 531 Prot.: 14,6 Lip.: 18,7 H.car.: 75,4
Lunes 28	Martes 29	Miércoles 30		
Lentejas con arroz Rodaja de merluza con patatas fritas Fruta, pan integral y agua	Macarrones Tortilla española con queso y ensalada Yogur, pan y agua	Verdura del tiempo Canelones de atún Fruta, pan y agua		
KCal.: 666 Prot.: 37,4 Lip.: 21,1 H.car.: 81	KCal.: 725 Prot.: 29,1 Lip.: 27,4 H.car.: 101	KCal.: 680 Prot.: 38 Lip.: 14,9 H.car.: 98		

Menú de salvaguarda: Lentejas con arroz; Jamón de York con patatas chips; melocotón en almíbar

Los valores nutricionales indicados son aproximados y corresponde a la ración media para un alumno/a de 10-12 años. Para alumnos/as de 4-5 años el tamaño de las raciones y los valores nutricionales se reducen en un 15 % aproximadamente

A los alumnos/as con incompatibilidades alimentarias (médicas, religiosas...) se les sustituirán los alimentos incompatibles por otros adecuados.

A continuación se especifican las sustituciones concretas para los alumnos/as que no comen carne (por ejemplo los musulmanes)

Abril 2025

Sustituciones de alimentos para los alumnos que no comen carne

Día	Sustitución
1	Huevos villaroy
2	Empanadillas de atún
3	Rabas de calamar con rodaja de tomate
8	Varitas de merluza con ensalada
9	Tortilla con loncha de queso
10	Tortilla francesa con ensalada
24	Pescado en salsa
25	Tortilla con queso y rodaja de tomate

