



Menú Escolar - Octubre 2025

				<u>Miércoles 1</u>	<u>Jueves 2</u>	<u>Viernes 3</u>
				Judías verdes salteadas Calamares encebollados Fruta, pan y agua	Arroz con verduras Salchichas Fruta, pan y agua	Guiso de garbanzos Tortilla española con lechuga Fruta, pan y agua
				KCal: 764 Prot.: 26	KCal.: 617 Prot.: 29,8	KCal.: 523 Prot.: 14
				Lip.: 27,5 H.car.: 99	Lip.: 23,5 H.car.: 71,5	Lip.: 18,4 H.car.: 73
<u>Lunes 6</u>	<u>Martes 7</u>	<u>Miércoles 8</u>	<u>Jueves 9</u>	<u>Viernes 10</u>		
Lentejas Tortilla francesa con loncha de queso Fruta, pan integral y agua	Guiso de arroz con verduras Merluza a la plancha Yogur, pan y agua	Verduras de temporada Canelones de carne Fruta, pan y agua	Pasta a la carbonara Pechuga con rodaja de tomate Fruta, pan y agua	No Lectivo Provincial		
KCal: 668 Prot.: 32,5	KCal.: 680 Prot.: 38	KCal.: 681 Prot.: 27	KCal.: 688 Prot.: 32,6	KCal.: Prot.:		
Lip.: 19,3 H.car.: 86	Lip.: 14,9 H.car.: 98	Lip.: 30 H.car.: 93	Lip.: 23,5 H.car.: 117	Lip.: H.car.:		
<u>Lunes 13</u>	<u>Martes 14</u>	<u>Miércoles 15</u>	<u>Jueves 16</u>	<u>Viernes 17</u>		
No Lectivo <i>VIRGEN DEL PILAR</i>	Acelgas salteadas Huevos Villaroy Fruta, pan integral y agua	Arroz Merluza con ensalada Yogur, pan y agua	Garbanzos guisados Tortilla con queso y ensalada Fruta, pan y agua	Patatas a la riojana Lomo con ensalada Fruta, pan y agua		
KCal.: Prot.:	KCal.: 515 Prot.: 25,2	KCal.: 645 Prot.: 11,9	KCal.: 698 Prot.: 32,4	KCal.: 532 Prot.: 14,6		
Lip.: H.car.:	Lip.: 16,4 H.car.: 79	Lip.: 31 H.car.: 104	Lip.: 19,3 H.car.: 98	Lip.: 18,7 H.car.: 75		
<u>Lunes 20</u>	<u>Martes 21</u>	<u>Miércoles 22</u>	<u>Jueves 23</u>	<u>Viernes 24</u>		
Arroz con verduras Pollo al horno con patatas fritas Fruta, pan integral y agua	Judías verdes Merluza a la romana Fruta, pan y agua	Patatas a la marinera Tortilla con loncha de queso y ensalada Yogur, pan y agua	Lentejas con verduras Pescado en salsa Fruta, pan y agua	Tallarines Calamares a la romana Fruta, pan y agua		
KCal.: 752 Prot.: 33	KCal.: 635 Prot.: 27	KCal.: 692 Prot.: 22	KCal.: 640 Prot.: 20,8	KCal.: 1015 Prot.: 49		
Lip.: 32 H.car.: 84	Lip.: 34 H.car.: 60	Lip.: 29 H.car.: 85	Lip.: 35 H.car.: 72	Lip.: 34 H.car.: 132		
<u>Lunes 27</u>	<u>Martes 28</u>	<u>Miércoles 29</u>	<u>Jueves 30</u>	<u>Viernes 31</u>		
Judías verdes rehogadas Tortilla con salchicha Fruta, pan integral y agua	Arroz con verduras Pescado en salsa verde Fruta, pan y agua	Espaguetis carbonara Hamburguesa con champiñón Yogur, pan y agua	Sopa de fideos con verduras Lomo con patatas fritas Fruta, pan y agua	No Lectivo Local		
KCal.: 668 Prot.: 29	KCal.: 660 Prot.: 12,3	KCal.: 1008 Prot.: 51	KCal.: 709 Prot.: 21,6	KCal.: Prot.:		
Lip.: 23 H.car.: 79	Lip.: 30 H.car.: 103	Lip.: 36 H.car.: 130	Lip.: 25,6 H.car.: 115	Lip.: H.car.:		

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

Los valores nutricionales indicados son aproximados y varían dependiendo de la edad de los alumnos/as

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)



COLEGIO SANTA ANA
C/ Coso, 18 – 50700 Caspe - Tel. 976630396



Octubre 2025

Sustituciones de alimentos para los alumnos que no comen carne

Día	Sustitución
2	Empanadillas de atún
8	Canelones de atún
9	Rabas de calamar con rodaja de tomate
17	Varitas de merluza con ensalada
20	Tortilla española
27	Tortilla con loncha de queso
29	Huevos villaroy
30	Empanadillas de atún