



Lunes

7	Sopa de estrellas (estrellas, pollo y codillo de jamón)	Varitas de merluza con tomate asado	Manzana	KCal:573 HC:75 Azú:15 Gra:17 G.Sat:3.2 Pro: 29 Sal: 1,8
14	Espaguetis con atún (tomate y cebolla)	Tortilla de calabacín con lechuga y maíz	Plátano	KCal:628 HC:84 Azú:13 Gra:18 G.Sat:3.2 Pro: 27 Sal: 1,8
21	Brócoli con bechamel (harina y leche)	Salchichas encebolladas con patatas fritas	Pera	KCal:625 HC:65 Azú:11 Gra:24 G.Sat:4.5 Pro: 34 Sal:2,5
28	Macarrones boloñesa (tomate, cebolla y carne picada)	Tortilla de atún con lechuga y maíz	Sandía	KCal:642 HC:83 Azú:12 Gra:20 G.Sat:3.5 Pro: 37 Sal:1,9

Martes

8	Lentejas castellanas con verduras cocidas y chorizo (zanahoria, cebolla, pimiento rojo y pimiento verde)	Tortilla de patata con lechuga y aceitunas	Yogur	KCal:475 HC:51 Azú:9 Gra:19 G.Sat:4 Pro: 22,5 Sal: 1,2
15	Judías blancas con hortalizas (patata, zanahoria y puerro)	Merluza en salsa verde con patata panadera	Yogur	KCal:598 HC:82 Azú:12 Gra:15 G.Sat:2,7 Pro: 29 Sal: 1,8
22	Lentejas con verduras (calabacín, zanahoria y puerro)	Merluza con champiñones	Yogur	KCal:604 HC:88 Azú:12 Gra:16 G.Sat:2,5 Pro: 27 Sal:1,8
29	Crema de calabacín (patata y calabacín)	Pollo asado con tomate, zanahoria y cebolla	Yogur	KCal:576 HC:63 Azú:11 Gra:19 G.Sat:3 Pro: 37 Sal:1,9

Miércoles

9	Guisantes rehogados con jamón	Hamburguesa a la plancha con puré de patata	Plátano	KCal:625 HC:73 Azú:11 Gra:20 G.Sat:3,5 Pro: 35 Sal: 2,1
16	Arroz con tomate	Muslitos de pollo con tomate asado	Sandía	KCal:585 HC:75 Azú:13 Gra:17 G.Sat:3,2 Pro: 34 Sal: 2,1
23	Crema de zanahoria (patata y zanahoria)	Filetes ruso con lechuga y tomate	Manzana	KCal:565 HC:72 Azú:15 Gra:15 G.Sat:2,5 Pro: 31 Sal: 1,8
30	Sopa de Cocido (fideos, zanahoria, patata, cebolla, repollo)	Cocido completo con garbanzo (ternera, pollo y chorizo)	Plátano	KCal:438 HC:51 Azú:14 Gr:18 SAT:5,1 Pro:19 SAL:1,3

Jueves

10	Arroz con verduras (cebolla, judías verdes, pimiento rojo y verde y calabacín)	Filete de contramuslo con patatas fritas	Helado	KCal:596 HC:82 Azú:12 Gra:15 G.Sat:2,7 Pro: 29 Sal: 1,8
17	Crema de coliflor (patata y coliflor)	Salmón en salsa manzana con lechuga y aceitunas	Yogur	KCal:574 HC:64 Azú:12 Gra:21 G.Sat:3,2 Pro: 31 Sal: 2,3
24	Ensalada de pasta (espirales, zanahoria y atún)	Bacalao al horno con tomate	Yogur	KCal:611 HC:78 Azú:11 Gra:18 G.Sat:3,2 Pro: 35 Sal: 2,2

Viernes

11	Judías pintas con verduras (cebolla y zanahoria)	Bacalao al horno con tomate	Pera asada	KCal:625 HC:73 Azú:11 Gra:20 G.Sat:3,5 Pro: 35 Sal: 2,1
18	Sopa de Cocido (fideos, zanahoria, patata, cebolla, repollo)	Cocido completo con garbanzo (ternera, pollo y chorizo)	Manzana	KCal:438 HC:51 Azú:14 Gr:18 SAT:5,1 Pro:19 SAL:1,3
25	Judías pintas estofadas (zanahoria, cebolla y pimiento)	Lacón a la gallega con lechuga y maíz	Naranja	KCal:625 HC:75 Azú:11 Gra:20 G.Sat:3,5 Pro: 34 Sal: 2,4

**"EL INGREDIENTE SECRETO ES
EMPEZAR CON GANAS."**



*Menú elaborados y diseñados en cumplimiento del Real Decreto 315/2025, de 15 de abril, por el que se promueve una alimentación saludable y sostenible en los centros educativos.

*Diseñado para cubrir las ingestas diarias recomendadas para un grupo de escolares de 1 a 3 años (1250 kcal). Todos los menús son diseñados y supervisados por una persona con formación en Nutrición Humana y Dietética.

- Todos los menús se acompañan de pan blanco/pan ecológico integral y agua.
- Se ofrecerá leche opcional con la fruta.
- La variedad de la fruta estacional podrá verse alterada en función de su punto óptimo de maduración o disponibilidad en el mercado, garantizando siempre la calidad y frescura del producto servido



AVDA. DE MADRID, 37 28100-ALCOBENDAS(MADRID), TLF: 658 971 260, info@colectividadesmadrid.es

INFORMACIÓN SOBRE ALÉRGENOS: En cumplimiento del Reglamento (UE) 1169/2011, el personal de Colectividades Madrid, S.L. dispone de información sobre los alérgenos.

