

Lunes 27	Martes 28	Miércoles 29	Jueves 30	Viernes 1 FESTIVO
Lunes 4 Crema de calabacín s/plv Cinta de lomo empanada Ensalada de tomate Agua, pan integral (1) y fruta*	Martes 5 Judías verdes con patata Atun a la murciana (4),(10) Agua, pan (1) y fruta*	Miércoles 6 Sopa de cocido con fideo integral (1),(3),(10),(12) Cocido completo Repollo Agua, pan integral (1) y fruta*	Jueves 7 Arroz con tomate Pollo asado Ensalada de maíz y tomate Agua, pan (1) y fruta*	Viernes 8 Judías blancas guisadas Tortilla de jamon s/plv (3) Lechuga zanahoria y aceituna Agua, pan integral (1) y fruta*
Lunes 11 Arroz con pollo y setas Filete de aguja de cerdo a la plancha Ensalada de lechuga Agua, pan integral (1) y fruta*	Martes 12 Fideua de la huerta (1),(3),(10),(12) Bacalao en salsa veronica (4) Agua, pan (1) y fruta*	Miércoles 13 Pisto manchego Huevos fritos (3) Patatas Agua, pan integral (1) y fruta*	Jueves 14 Crema de verduras Pollo taquedado al estilo cajún Arroz integral Agua, pan (1) y fruta*	Viernes 15 FESTIVO
Lunes 18 DIA DEL CELIACO Crema de zanahoria Merluza al horno con aceite y pimenton (4) Lechuga aceituna y maiz Agua, pan integral (1) y fruta*	Martes 19 Patatas bravas Pollo al ajillo Ensalada de pepino y tomate Agua, pan (1) y fruta*	Miércoles 20 Paella mixta (4),(5),(6) Garbanzos al curry Agua, pan integral (1) y fruta*	Jueves 21 Sopa de fideos integrales (1),(3),(10),(12) Albondigas a la jardinera s/plv Cous cous (1),(10),(12) Agua, pan (1) y fruta*	Viernes 22 Guisantes con jamón Tortilla de patata s/plv (3) Lechuga esparragos y maiz Agua, pan integral (1) y fruta*
Lunes 25 Macarrones con tomate (1),(3),(10),(12) Filete de sajonia Lechuga pepino y zanahoria Agua, pan integral (1) y fruta*	Martes 26 Ensalada campera (3),(4),(14) Salchichas de pollo en salsa rubia Agua, pan (1) y fruta*	Miércoles 27 Lentejas castellanas (1) Calamares en salsa (5) con arroz integral Agua, pan integral (1) y fruta*	Jueves 28 Gazpacho Judías pintas a la boloñesa con quinoa (1),(10) Agua, pan (1) y fruta*	Viernes 29 Arroz tres delicias (3) Revuelto de huevo (3) Tomate al orégano Agua, pan integral (1) y fruta*

Recomendador de cenas



PRIMEROS PLATOS

COMIDA

Pasta / Arroz
Legumbres
Verduras

CENA

Verdura o Legumbres
Verdura o pasta/arroz
Legumbres o pasta/arroz



GUARNICIONES

1º PLATO

Pasta / Arroz
Legumbres
Verduras

GUARNICIÓN

Verduras
Verduras
Pasta / Arroz, patata o legumbres



SEGUNDOS PLATOS

COMIDA

Carne
Pescado
Huevo
Legumbres

CENA

Pescado, huevo o legumbres
Huevo, carne o legumbres
Carne, pescado o legumbres
Huevo, carne o pescado



POSTRES

COMIDA

Lácteos vegetales
Fruta

CENA

Fruta
Lácteos vegetales

Lunes 27	Martes 28	Miércoles 29	Jueves 30	Viernes 1 FESTIVO
Lunes 4	Martes 5	Miércoles 6	Jueves 7	Viernes 8
Crema de calabacín Cinta de lomo empanada s/huevo Ensalada de tomate Agua, pan integral (1) y fruta*	Judías verdes con patata Atún a la murciana (4),(10) Agua, pan (1) y fruta*	Sopa de cocido con fideo s/huevo Cocido completo Repollo Agua, pan integral (1) y fruta*	Arroz con tomate Pollo asado Ensalada de maíz y tomate Agua, pan (1) y fruta*	Judías blancas guisadas Lacón a la gallega Lechuga zanahoria y aceituna Agua, pan integral (1) y yogur natural (2)
Lunes 11	Martes 12	Miércoles 13	Jueves 14	Viernes 15 FESTIVO
Arroz con pollo y setas Filete de aguja de cerdo a la plancha Ensalada de lechuga Agua, pan integral (1) y fruta*	Fideuá s/huevo de la huerta Bacalao en salsa veronica (4) Agua, pan (1) y fruta*	Pisto manchego Lomo a la plancha Patatas Agua, pan integral (1) y fruta*	Crema de verduras Pollo taquedado al estilo cajún Arroz integral Agua, pan (1) y fruta*	
Lunes 18	Martes 19	Miércoles 20	Jueves 21	Viernes 22
DIA DEL CELIACO Crema de zanahoria Merluza al horno con aceite y pimentón (4) Lechuga aceituna y maíz Agua, pan integral (1) y fruta*/yogur natural (2)	Patatas bravas Pollo al ajillo Ensalada de pepino y tomate Agua, pan (1) y fruta*	Paella mixta (4),(5),(6) Garbanzos al curry Agua, pan integral (1) y fruta*	Sopa de fideos s/huevo Albóndigas a la jardinera s/huevo Cous cous (1),(10),(12) Agua, pan (1) y fruta*	Guisantes con jamón Jamón a la gallega Lechuga espárragos y maíz Agua, pan integral (1) y fruta*/yogur natural (2)
Lunes 25	Martes 26	Miércoles 27	Jueves 28	Viernes 29
Macarrones s/huevo con tomate Filete de sajonia Lechuga pepino y zanahoria Agua, pan integral (1) y fruta*	Ensalada campera s/huevo (4),(14) Salchichas de pollo en salsa rubia Agua, pan (1) y fruta*	Lentejas castellanas (1) Calamares en salsa (5) con arroz integral Agua, pan integral (1) y fruta*	Gazpacho Judías pintas a la boloñesa con quinoa (1),(10) Agua, pan (1) y fruta*	Arroz tres delicias s/huevo Pollo asado Tomate al orégano Agua, pan integral (1) y fruta*

Recomendador de cenas



PRIMEROS PLATOS

COMIDA

Pasta / Arroz
Legumbres
Verduras

CENA

Verdura o Legumbres
Verdura o pasta/arroz
Legumbres o pasta/arroz



GUARNICIONES

1º PLATO

Pasta / Arroz
Legumbres
Verduras

GUARNICIÓN

Verduras
Verduras
Pasta / Arroz, patata o legumbres



SEGUNDOS PLATOS

COMIDA

Carne
Pescado
Legumbres

CENA

Pescado o legumbres
Carne o legumbres
Carne o pescado



POSTRES

COMIDA

Lácteos
Fruta

CENA

Fruta
Lácteos

No huevo, frutos secos, tomate, lentejas

Mayo de 2026

Lunes 27	Martes 28	Miércoles 29	Jueves 30	Viernes 1 FESTIVO
Lunes 4 Crema de calabacín Cinta de lomo empanada s/huevo Ensalada Agua, pan integral (1) y fruta*	Martes 5 Judías verdes con patata Atun a la murciana s/tomate (4),(10) Agua, pan (1) y fruta*	Miércoles 6 Sopa de cocido con fideo s/huevo Cocido completo Repollo Agua, pan integral (1) y fruta*	Jueves 7 Arroz con verduras Pollo asado Ensalada de maíz Agua, pan (1) y fruta*	Viernes 8 Judías blancas guisadas Lacón a la gallega Lechuga zanahoria y aceituna Agua, pan integral (1) y yogur natural (2)
Lunes 11 Arroz con pollo y setas Filete de aguja de cerdo a la plancha Ensalada de lechuga Agua, pan integral (1) y fruta*	Martes 12 Fideua s/huevo de la huerta Bacalao en salsa (4) Agua, pan (1) y fruta*	Miércoles 13 Verduras salteadas Lomo a la plancha Patatas Agua, pan integral (1) y fruta*	Jueves 14 Crema de verduras Pollo taquedado al estilo cajún Arroz integral Agua, pan (1) y fruta*	Viernes 15 FESTIVO
Lunes 18 DIA DEL CELIACO Crema de zanahoria Merluza al horno con aceite y pimenton (4) Lechuga aceituna y maíz Agua, pan integral (1) y fruta*/yogur natural (2)	Martes 19 Patatas alioli Pollo al ajillo Ensalada de pepino Agua, pan (1) y fruta*	Miércoles 20 Paella mixta (4),(5),(6) Garbanzos al curry Agua, pan integral (1) y fruta*	Jueves 21 Sopa de fideos s/huevo Albondigas a la jardinera s/huevo Cous cous (1),(10),(12) Agua, pan (1) y fruta*	Viernes 22 Guisantes con jamón Jamón a la gallega Lechuga espárragos y maíz Agua, pan integral (1) y fruta*/yogur natural (2)
Lunes 25 Macarrones s/huevo al ajillo Filete de sajonia Lechuga pepino y zanahoria Agua, pan integral (1) y fruta*	Martes 26 Ensalada campera s/huevo (4),(14) Salchichas de pollo en salsa rubia Agua, pan (1) y fruta*	Miércoles 27 Arroz salteado Calamares en salsa (5) con arroz integral Agua, pan integral (1) y fruta*	Jueves 28 Verduras del día Judías pintas a la boloñesa s/tomate con quinoa (1),(10) Agua, pan (1) y fruta*	Viernes 29 Arroz tres delicias s/huevo Pollo asado Agua, pan integral (1) y fruta*

Recomendador de cenas



PRIMEROS PLATOS

COMIDA

Pasta / Arroz
Legumbres
Verduras

CENA

Verdura o Legumbres
Verdura o pasta/arroz
Legumbres o pasta/arroz



GUARNICIONES

1º PLATO

Pasta / Arroz
Legumbres
Verduras

GUARNICIÓN

Verduras
Verduras
Pasta / Arroz, patata o legumbres



SEGUNDOS PLATOS

COMIDA

Carne
Pescado
Legumbres

CENA

Pescado o legumbres
Carne o legumbres
Carne o pescado



POSTRES

COMIDA

Lácteos
Fruta

CENA

Fruta
Lácteos

No huevo, crustáceos

Mayo de 2026

Lunes 27	Martes 28	Miércoles 29	Jueves 30	Viernes 1 FESTIVO
Lunes 4	Martes 5	Miércoles 6	Jueves 7	Viernes 8
Crema de calabacín Cinta de lomo empanada s/huevo Ensalada de tomate Agua, pan integral (1) y fruta*	Judías verdes con patata Atun a la murciana (4),(10) Agua, pan (1) y fruta*	Sopa de cocido con fideo s/huevo Cocido completo Repollo Agua, pan integral (1) y fruta*	Arroz con tomate Pollo asado Ensalada de maíz y tomate Agua, pan (1) y fruta*	Judías blancas guisadas Lacón a la gallega Lechuga zanahoria y aceituna Agua, pan integral (1) y yogur natural (2)
Lunes 11	Martes 12	Miércoles 13	Jueves 14	Viernes 15 FESTIVO
Arroz con pollo y setas Filete de aguja de cerdo a la plancha Ensalada de lechuga Agua, pan integral (1) y fruta*	Fideua s/huevo de la huerta Bacalao en salsa veronica (4) Agua, pan (1) y fruta*	Pisto manchego Lomo a la plancha Patatas Agua, pan integral (1) y fruta*	Crema de verduras Pollo taquedado al estilo cajún Arroz integral Agua, pan (1) y fruta*	
Lunes 18	Martes 19	Miércoles 20	Jueves 21	Viernes 22
DIA DEL CELIACO Crema de zanahoria Merluza al horno con aceite y pimenton (4) Lechuga aceituna y maíz Agua, pan integral (1) y fruta*/yogur natural (2)	Patatas bravas Pollo al ajillo Ensalada de pepino y tomate Agua, pan (1) y fruta*	Paella de verduras Garbanzos al curry Agua, pan integral (1) y fruta*	Sopa de fideos s/huevo Albondigas a la jardinera s/huevo Cous cous (1),(10),(12) Agua, pan (1) y fruta*	Guisantes con jamón Jamón a la gallega Lechuga espárragos y maíz Agua, pan integral (1) y fruta*/yogur natural (2)
Lunes 25	Martes 26	Miércoles 27	Jueves 28	Viernes 29
Macarrones s/huevo con tomate Filete de sajonia Lechuga pepino y zanahoria Agua, pan integral (1) y fruta*	Ensalada campera s/huevo (4),(14) Salchichas de pollo en salsa rubia Agua, pan (1) y fruta*	Lentejas castellanas (1) Merluza en salsa con arroz integral Agua, pan integral (1) y fruta*	Gazpacho Judías pintas a la boloñesa con quinoa (1),(10) Agua, pan (1) y fruta*	Arroz tres delicias s/huevo Pollo asado Tomate al orégano Agua, pan integral (1) y fruta*

Recomendador de cenas



PRIMEROS PLATOS

COMIDA

Pasta / Arroz
Legumbres
Verduras

CENA

Verdura o Legumbres
Verdura o pasta/arroz
Legumbres o pasta/arroz



GUARNICIONES

1º PLATO

Pasta / Arroz
Legumbres
Verduras

GUARNICIÓN

Verduras
Verduras
Pasta / Arroz, patata o legumbres



SEGUNDOS PLATOS

COMIDA

Carne
Pescado
Legumbres

CENA

Pescado o legumbres
Carne o legumbres
Carne o pescado



POSTRES

COMIDA

Lácteos
Fruta

CENA

Fruta
Lácteos

No huevo, pescado, frutos secos

Mayo de 2026

Lunes 27	Martes 28	Miércoles 29	Jueves 30	Viernes 1 FESTIVO
Lunes 4	Martes 5	Miércoles 6	Jueves 7	Viernes 8
Crema de calabacín Cinta de lomo empanada s/huevo Ensalada de tomate Agua, pan integral (1) y fruta*	Judías verdes con patata Pavo a la plancha Agua, pan (1) y fruta*	Sopa de cocido con fideo s/huevo Cocido completo Repollo Agua, pan integral (1) y fruta*	Arroz con tomate Pollo asado Ensalada de maíz y tomate Agua, pan (1) y fruta*	Judías blancas guisadas Lacón a la gallega Lechuga zanahoria y aceituna Agua, pan integral (1) y yogur natural (2)
Lunes 11	Martes 12	Miércoles 13	Jueves 14	Viernes 15 FESTIVO
Arroz con pollo y setas Filete de aguja de cerdo a la plancha Ensalada de lechuga Agua, pan integral (1) y fruta*	Fideua s/huevo de la huerta Pollo al horno Agua, pan (1) y fruta*	Pisto manchego Lomo a la plancha Patatas Agua, pan integral (1) y fruta*	Crema de verduras Pollo taquedado al estilo cajún Arroz integral Agua, pan (1) y fruta*	
Lunes 18	Martes 19	Miércoles 20	Jueves 21	Viernes 22
DIA DEL CELIACO Crema de zanahoria Jamón a la gallega Lechuga aceituna y maíz Agua, pan integral (1) y fruta*/yogur natural (2)	Patatas bravas Pollo al ajillo Ensalada de pepino y tomate Agua, pan (1) y fruta*	Paella de verduras Garbanzos al curry Agua, pan integral (1) y fruta*	Sopa de fideos s/huevo Albondigas a la jardinera s/huevo Cous cous (1),(10),(12) Agua, pan (1) y fruta*	Guisantes con jamón Jamón a la gallega Lechuga espárragos y maíz Agua, pan integral (1) y fruta*/yogur natural (2)
Lunes 25	Martes 26	Miércoles 27	Jueves 28	Viernes 29
Macarrones s/huevo con tomate Filete de sajonia Lechuga pepino y zanahoria Agua, pan integral (1) y fruta*	Ensalada campera s/huevo, s/atún (14) Salchichas de pollo en salsa rubia Agua, pan (1) y fruta*	Lentejas castellanas (1) Pavo a la plancha con arroz integral Agua, pan integral (1) y fruta*	Gazpacho Judías pintas a la boloñesa con quinoa (1),(10) Agua, pan (1) y fruta*	Arroz tres delicias s/huevo Pollo asado Tomate al orégano Agua, pan integral (1) y fruta*

Recomendador de cenas



PRIMEROS PLATOS

COMIDA

Pasta / Arroz
Legumbres
Verduras

CENA

Verdura o Legumbres
Verdura o pasta/arroz
Legumbres o pasta/arroz



GUARNICIONES

1º PLATO

Pasta / Arroz
Legumbres
Verduras

GUARNICIÓN

Verduras
Verduras
Pasta / Arroz, patata o legumbres



SEGUNDOS PLATOS

COMIDA

Carne
Crustáceos, moluscos
Legumbres

CENA

Crustáceos, moluscos o legumbres
Carne o legumbres
Carne o crustáceo, moluscos



POSTRES

COMIDA

Lácteos
Fruta

CENA

Fruta
Lácteos

No huevo, legumbre

Mayo de 2026

Lunes 27	Martes 28	Miércoles 29	Jueves 30	Viernes 1
				FESTIVO
Lunes 4	Martes 5	Miércoles 6	Jueves 7	Viernes 8
Crema de calabacín Cinta de lomo empanada s/huevo Ensalada de tomate Agua, pan integral (1) y fruta*	Arroz salteado Merluza a la murciana (4),(10) Agua, pan (1) y fruta*	Sopa de fideo s/huevo Carne asada Repollo Agua, pan integral (1) y fruta*	Arroz con tomate Pollo asado Ensalada de maíz y tomate Agua, pan (1) y fruta*	Crema de zanahoria Lacón a la gallega Lechuga zanahoria y aceituna Agua, pan integral (1) y yogur natural (2)
Lunes 11	Martes 12	Miércoles 13	Jueves 14	Viernes 15
Arroz con pollo y setas Filete de aguja de cerdo a la plancha Ensalada de lechuga Agua, pan integral (1) y fruta*	Fideua s/huevo de la huerta Bacalao en salsa veronica (4) Agua, pan (1) y fruta*	Pisto manchego Lomo a la plancha Patatas Agua, pan integral (1) y fruta*	Crema de verduras Pollo taquedado al estilo cajún Arroz integral Agua, pan (1) y fruta*	FESTIVO
Lunes 18	Martes 19	Miércoles 20	Jueves 21	Viernes 22
DIA DEL CELIACO Crema de zanahoria Merluza al horno con aceite y pimenton (4) Lechuga aceituna y maíz Agua, pan integral (1) y fruta*/yogur natural (2)	Patatas bravas Pollo al ajillo Ensalada de pepino y tomate Agua, pan (1) y fruta*	Paella mixta (4),(5),(6) Pavo al curry Agua, pan integral (1) y fruta*	Sopa de fideos s/huevo Albondigas a la jardinera s/huevo con arroz blanco Agua, pan (1) y fruta*	Arroz rehogado con bacon Jamón a la gallega Lechuga espárragos y maíz Agua, pan integral (1) y fruta*/yogur natural (2)
Lunes 25	Martes 26	Miércoles 27	Jueves 28	Viernes 29
Macarrones s/huevo con tomate Filete de sajonia Lechuga pepino y zanahoria Agua, pan integral (1) y fruta*	Ensalada campera s/huevo (4),(14) Salchichas de pollo en salsa rubia Agua, pan (1) y fruta*	Arroz salteado Calamares en salsa (5) con arroz integral Agua, pan integral (1) y fruta*	Gazpacho Carne a la boloñesa Agua, pan (1) y fruta*	Arroz tres delicias s/huevo s/guisante Pollo asado Tomate al orégano Agua, pan integral (1) y fruta*

Recomendador de cenas



PRIMEROS PLATOS

COMIDA

Pasta / Arroz, patata
Verduras

CENA

Verdura
Pasta/arroz



GUARNICIONES

1º PLATO

Pasta / Arroz, patata
Verduras

GUARNICIÓN

Verduras
Pasta / Arroz, patata



SEGUNDOS PLATOS

COMIDA

Carne
Pescado

CENA

Pescado
Carne



POSTRES

COMIDA

Lácteos
Fruta

CENA

Fruta
Lacteos

Lunes 27	Martes 28	Miércoles 29	Jueves 30	Viernes 1 FESTIVO
Lunes 4 Crema de calabacín Cinta de lomo empanada Ensalada de tomate Agua, pan integral (1) y fruta*	Martes 5 Arroz salteado Merluza a la murciana (4) Agua, pan (1) y fruta*	Miércoles 6 Sopa de fideos s/soja Carne asada Repollo Agua, pan integral (1) y fruta*	Jueves 7 Arroz con tomate Pollo asado Ensalada de maíz y tomate Agua, pan (1) y fruta*	Viernes 8 Crema de zanahoria Tortilla de jamon (3) Lechuga zanahoria y aceituna Agua, pan integral (1) y yogur natural (2)
Lunes 11 Arroz con pollo y setas Filete de aguja de cerdo a la plancha Ensalada de lechuga Agua, pan integral (1) y fruta*	Martes 12 Fideua s/soja de la huerta Bacalao en salsa veronica (4) Agua, pan (1) y fruta*	Miércoles 13 Pisto manchego Huevos fritos (3) Patatas Agua, pan integral (1) y fruta*	Jueves 14 Crema de verduras Pollo taquedado al estilo cajún Arroz integral Agua, pan (1) y fruta*	Viernes 15 FESTIVO
Lunes 18 DIA DEL CELIACO Crema de zanahoria Merluza al horno con aceite y pimenton (4) Lechuga aceituna y maíz Agua, pan integral (1) y fruta*/yogur natural (2)	Martes 19 Patatas bravas Pollo al ajillo Ensalada de pepino y tomate Agua, pan (1) y fruta*	Miércoles 20 Paella mixta (4),(5),(6) Pavo al curry Agua, pan integral (1) y fruta*	Jueves 21 Sopa de fideos s/soja Albondigas a la jardinera Arroz blanco Agua, pan (1) y fruta*	Viernes 22 Arroz rehogado con bacon Tortilla de patata (3) Lechuga esparragos y maíz Agua, pan integral (1) y fruta*/yogur natural (2)
Lunes 25 Macarrones s/soja con tomate Filete de sajonia Lechuga pepino y zanahoria Agua, pan integral (1) y fruta*	Martes 26 Ensalada campera (3),(4),(14) Salchichas de pollo en salsa rubia Agua, pan (1) y fruta*	Miércoles 27 Arroz salteado Calamares en salsa (5) con arroz integral Agua, pan integral (1) y fruta*	Jueves 28 Gazpacho Carne a la boloñesa Agua, pan (1) y fruta*	Viernes 29 Arroz tres delicias s/guisantes (3) Revuelto de queso (2),(3) Tomate al orégano Agua, pan integral (1) y fruta*

Recomendador de cenas



PRIMEROS PLATOS

COMIDA

Pasta / Arroz, patata
Verduras

CENA

Verdura
Pasta/arroz



GUARNICIONES

1º PLATO

Pasta / Arroz, patata
Verduras

GUARNICIÓN

Verduras
Pasta / Arroz, patata



SEGUNDOS PLATOS

COMIDA

Carne
Pescado
Huevo

CENA

Pescado o huevo
Huevo o carne
Carne o pescado



POSTRES

COMIDA

Lácteos
Fruta

CENA

Fruta
Lacteos

No legumbre, frutos secos

Mayo de 2026

Lunes 27	Martes 28	Miércoles 29	Jueves 30	Viernes 1
				FESTIVO
Lunes 4	Martes 5	Miércoles 6	Jueves 7	Viernes 8
Crema de calabacín Cinta de lomo empanada Ensalada de tomate Agua, pan integral (1) y fruta*	Arroz salteado Merluza a la murciana (4) Agua, pan (1) y fruta*	Sopa de fideos s/soja Carne asada Repollo Agua, pan integral (1) y fruta*	Arroz con tomate Pollo asado Ensalada de maíz y tomate Agua, pan (1) y fruta*	Crema de zanahoria Tortilla de jamon (3) Lechuga zanahoria y aceituna Agua, pan integral (1) y yogur natural (2)
Lunes 11	Martes 12	Miércoles 13	Jueves 14	Viernes 15
Arroz con pollo y setas Filete de aguja de cerdo a la plancha Ensalada de lechuga Agua, pan integral (1) y fruta*	Fideua s/soja de la huerta Bacalao en salsa veronica (4) Agua, pan (1) y fruta*	Pisto manchego Huevos fritos (3) Patatas Agua, pan integral (1) y fruta*	Crema de verduras Pollo taquedado al estilo cajún Arroz integral Agua, pan (1) y fruta*	FESTIVO
Lunes 18	Martes 19	Miércoles 20	Jueves 21	Viernes 22
DIA DEL CELIACO Crema de zanahoria Merluza al horno con aceite y pimenton (4) Lechuga aceituna y maíz Agua, pan integral (1) y fruta*/yogur natural (2)	Patatas bravas Pollo al ajillo Ensalada de pepino y tomate Agua, pan (1) y fruta*	Paella mixta (4),(5),(6) Pavo al curry Agua, pan integral (1) y fruta*	Sopa de fideos s/soja Albondigas a la jardinera Arroz blanco Agua, pan (1) y fruta*	Arroz rehogado con bacon Tortilla de patata (3) Lechuga espárragos y maíz Agua, pan integral (1) y fruta*/yogur natural (2)
Lunes 25	Martes 26	Miércoles 27	Jueves 28	Viernes 29
Macarrones s/soja con tomate Filete de sajonia Lechuga pepino y zanahoria Agua, pan integral (1) y fruta*	Ensalada campera (3),(4),(14) Salchichas de pollo en salsa rubia Agua, pan (1) y fruta*	Arroz salteado Calamares en salsa (5) con arroz integral Agua, pan integral (1) y fruta*	Gazpacho Carne a la boloñesa Agua, pan (1) y fruta*	Arroz tres delicias s/guisantes (3) Revuelto de queso (2),(3) Tomate al orégano Agua, pan integral (1) y fruta*

Recomendador de cenas



PRIMEROS PLATOS

COMIDA

Pasta / Arroz, patata
Verduras

CENA

Verdura
Pasta/arroz



GUARNICIONES

1º PLATO

Pasta / Arroz, patata
Verduras

GUARNICIÓN

Verduras
Pasta / Arroz, patata



SEGUNDOS PLATOS

COMIDA

Carne
Pescado
Huevo

CENA

Pescado o huevo
Huevo o carne
Carne o pescado



POSTRES

COMIDA

Lácteos
Fruta

CENA

Fruta
Lacteos

No legumbre, frutos secos, crustáceos, tomate

Mayo de 2026

Lunes 27	Martes 28	Miércoles 29	Jueves 30	Viernes 1 FESTIVO
Lunes 4	Martes 5	Miércoles 6	Jueves 7	Viernes 8
Crema de calabacín Cinta de lomo empanada Ensalada Agua, pan integral (1) y fruta*	Arroz salteado Merluza a la murciana (4) Agua, pan (1) y fruta*	Sopa de fideos s/soja Carne asada Repollo Agua, pan integral (1) y fruta*	Arroz salteado Pollo asado Ensalada de maíz Agua, pan (1) y fruta*	Crema de zanahoria Tortilla de jamon (3) Lechuga zanahoria y aceituna Agua, pan integral (1) y yogur natural (2)
Lunes 11	Martes 12	Miércoles 13	Jueves 14	Viernes 15 FESTIVO
Arroz con pollo y setas Filete de aguja de cerdo a la plancha Ensalada de lechuga Agua, pan integral (1) y fruta*	Fideua s/soja de la huerta Bacalao en salsa veronica (4) Agua, pan (1) y fruta*	Verduras salteadas Huevos fritos (3) Patatas Agua, pan integral (1) y fruta*	Crema de verduras Pollo taquedado al estilo cajún Arroz integral Agua, pan (1) y fruta*	
Lunes 18	Martes 19	Miércoles 20	Jueves 21	Viernes 22
DIA DEL CELIACO Crema de zanahoria Merluza al horno con aceite y pimenton (4) Lechuga aceituna y maíz Agua, pan integral (1) y fruta*/yogur natural (2)	Patatas alioli Pollo al ajillo Ensalada de pepino Agua, pan (1) y fruta*	Paella de verduras Pavo al curry Agua, pan integral (1) y fruta*	Sopa de fideos s/soja Albondigas a la jardinera Arroz blanco Agua, pan (1) y fruta*	Arroz rehogado con bacon Tortilla de patata (3) Lechuga espárragos y maíz Agua, pan integral (1) y fruta*/yogur natural (2)
Lunes 25	Martes 26	Miércoles 27	Jueves 28	Viernes 29
Macarrones s/soja al ajillo Filete de sajonia Lechuga pepino y zanahoria Agua, pan integral (1) y fruta*	Ensalada campera (3),(4),(14) Salchichas de pollo en salsa rubia Agua, pan (1) y fruta*	Arroz salteado Calamares en salsa (5) con arroz integral Agua, pan integral (1) y fruta*	Verduras del día Carne a la plancha Agua, pan (1) y fruta*	Arroz tres delicias s/guisantes (3) Revuelto de queso (2),(3) Agua, pan integral (1) y fruta*

Recomendador de cenas



PRIMEROS PLATOS

COMIDA

Pasta / Arroz, patata
Verduras

CENA

Verdura
Pasta/arroz



GUARNICIONES

1º PLATO

Pasta / Arroz, patata
Verduras

GUARNICIÓN

Verduras
Pasta / Arroz, patata



SEGUNDOS PLATOS

COMIDA

Carne
Pescado
Huevo

CENA

Pescado o huevo
Huevo o carne
Carne o pescado



POSTRES

COMIDA

Lácteos
Fruta

CENA

Fruta
Lacteos

No legumbre, pescado

Mayo de 2026

Lunes 27	Martes 28	Miércoles 29	Jueves 30	Viernes 1 FESTIVO
Lunes 4 Crema de calabacín Cinta de lomo empanada Ensalada de tomate Agua, pan integral (1) y fruta*	Martes 5 Arroz salteado Pavo a la plancha Agua, pan (1) y fruta*	Miércoles 6 Sopa de fideos s/soja Carne asada Repollo Agua, pan integral (1) y fruta*	Jueves 7 Arroz con tomate Pollo asado Ensalada de maíz y tomate Agua, pan (1) y fruta*	Viernes 8 Crema de zanahoria Tortilla de jamon (3) Lechuga zanahoria y aceituna Agua, pan integral (1) y yogur natural (2)
Lunes 11 Arroz con pollo y setas Filete de aguja de cerdo a la plancha Ensalada de lechuga Agua, pan integral (1) y fruta*	Martes 12 Fideua s/soja de la huerta Pollo al horno Agua, pan (1) y fruta*	Miércoles 13 Pisto manchego Huevos fritos (3) Patatas Agua, pan integral (1) y fruta*	Jueves 14 Crema de verduras Pollo taquedado al estilo cajún Arroz integral Agua, pan (1) y fruta*	Viernes 15 FESTIVO
Lunes 18 DIA DEL CELIACO Crema de zanahoria Jamón a la gallega Lechuga aceituna y maíz Agua, pan integral (1) y fruta*/yogur natural (2)	Martes 19 Patatas bravas Pollo al ajillo Ensalada de pepino y tomate Agua, pan (1) y fruta*	Miércoles 20 Paella de verduras Pavo al curry Agua, pan integral (1) y fruta*	Jueves 21 Sopa de fideos s/soja Albondigas a la jardinera Arroz blanco Agua, pan (1) y fruta*	Viernes 22 Arroz rehogado con bacon Tortilla de patata (3) Lechuga espárragos y maíz Agua, pan integral (1) y fruta*/yogur natural (2)
Lunes 25 Macarrones s/soja con tomate Filete de sajonia Lechuga pepino y zanahoria Agua, pan integral (1) y fruta*	Martes 26 Ensalada campera s/atún (3),(14) Salchichas de pollo en salsa rubia Agua, pan (1) y fruta*	Miércoles 27 Arroz salteado Calamares en salsa (5) con arroz integral Agua, pan integral (1) y fruta*	Jueves 28 Gazpacho Carne a la boloñesa Agua, pan (1) y fruta*	Viernes 29 Arroz tres delicias s/guisantes (3) Revuelto de queso (2),(3) Tomate al orégano Agua, pan integral (1) y fruta*

Recomendador de cenas



PRIMEROS PLATOS

COMIDA

Pasta / Arroz, patata
Verduras

CENA

Verdura
Pasta/arroz



GUARNICIONES

1º PLATO

Pasta / Arroz, patata
Verduras

GUARNICIÓN

Verduras
Pasta / Arroz, patata



SEGUNDOS PLATOS

COMIDA

Carne
Crustáceos, moluscos
Huevo

CENA

Crustáceos, moluscos o huevo
Huevo o carne
Carne o crustáceos, moluscos



POSTRES

COMIDA

Lácteos
Fruta

CENA

Fruta
Lacteos

Lunes 27	Martes 28	Miércoles 29	Jueves 30	Viernes 1 FESTIVO
Lunes 4	Martes 5	Miércoles 6	Jueves 7	Viernes 8
Crema de calabacín Cinta de lomo empanada Ensalada de tomate Agua, pan integral (1) y fruta*	Judías verdes con patata Atún a la murciana (4),(10) Agua, pan (1) y fruta*	Sopa de cocido con fideo integral (1),(3),(10),(12) Cocido completo Repollo Agua, pan integral (1) y fruta*	Arroz con tomate Pollo asado Ensalada de maíz y tomate Agua, pan (1) y fruta*	Judías blancas guisadas Tortilla de jamón (3) Lechuga zanahoria y aceituna Agua, pan integral (1) y yogur natural (2)
Lunes 11	Martes 12	Miércoles 13	Jueves 14	Viernes 15 FESTIVO
Arroz con pollo y setas Filete de aguja de cerdo a la plancha Ensalada de lechuga Agua, pan integral (1) y fruta*	Fideuá de la huerta (1),(3),(10),(12) Bacalao en salsa veronica (4) Agua, pan (1) y fruta*	Pisto manchego Huevos fritos (3) Patatas Agua, pan integral (1) y fruta*	Crema de verduras Pollo taquedado al estilo cajún Arroz integral Agua, pan (1) y fruta*	
Lunes 18	Martes 19	Miércoles 20	Jueves 21	Viernes 22
DIA DEL CELIACO Crema de zanahoria Merluza al horno con aceite y pimentón (4) Lechuga aceituna y maíz Agua, pan integral (1) y fruta*/yogur natural (2)	Patatas bravas Pollo al ajillo Ensalada de pepino y tomate Agua, pan (1) y fruta*	Paella mixta (4),(5),(6) Garbanzos al curry Agua, pan integral (1) y fruta*	Sopa de fideos integrales (1),(3),(10),(12) Albóndigas a la jardinera Cous cous (1),(10),(12) Agua, pan (1) y fruta*	Guisantes con jamón Tortilla de patata (3) Lechuga espárragos y maíz Agua, pan integral (1) y fruta*/yogur natural (2)
Lunes 25	Martes 26	Miércoles 27	Jueves 28	Viernes 29
Macarrones con tomate (1),(3),(10),(12) Filete de sajonia Lechuga pepino y zanahoria Agua, pan integral (1) y fruta*	Ensalada campera (3),(4),(14) Salchichas de pollo en salsa rubia Agua, pan (1) y fruta*	Lentejas castellanas (1) Calamares en salsa (5) con arroz integral Agua, pan integral (1) y fruta*	Gazpacho Judías pintas a la boloñesa con quinoa (1),(10) Agua, pan (1) y fruta*	Arroz tres delicias (3) Revuelto de queso (2),(3) Tomate al orégano Agua, pan integral (1) y fruta*

Recomendador de cenas



PRIMEROS PLATOS

COMIDA

Pasta / Arroz
Legumbres
Verduras

CENA

Verdura o Legumbres
Verdura o pasta/arroz
Legumbres o pasta/arroz



GUARNICIONES

1º PLATO

Pasta / Arroz
Legumbres
Verduras

GUARNICIÓN

Verduras
Verduras
Pasta / Arroz, patata o legumbres



SEGUNDOS PLATOS

COMIDA

Carne
Pescado
Huevo
Legumbres

CENA

Pescado, huevo o legumbres
Huevo, carne o legumbres
Carne, pescado o legumbres
Huevo, carne o pescado



POSTRES

COMIDA

Lácteos
Fruta

CENA

Fruta
Lacteos

No frutos secos, semillas, apio

Mayo de 2026

Lunes 27	Martes 28	Miércoles 29	Jueves 30	Viernes 1 FESTIVO
Lunes 4	Martes 5	Miércoles 6	Jueves 7	Viernes 8
Crema de calabacín Cinta de lomo empanada Ensalada de tomate Agua, pan integral (1) y fruta*	Judías verdes con patata Atún a la murciana (4),(10) Agua, pan (1) y fruta*	Sopa de cocido con fideo s/mostaza Cocido completo Repollo Agua, pan integral (1) y fruta*	Arroz con tomate Pollo asado Ensalada de maíz y tomate Agua, pan (1) y fruta*	Judías blancas guisadas Tortilla de jamón (2),(3) Lechuga zanahoria y aceituna Agua, pan integral (1) y yogur natural (2)
Lunes 11	Martes 12	Miércoles 13	Jueves 14	Viernes 15 FESTIVO
Arroz con pollo y setas Filete de aguja de cerdo a la plancha Ensalada de lechuga Agua, pan integral (1) y fruta*	Fideuá de la huerta s/mostaza Bacalao en salsa veronica (4) Agua, pan (1) y fruta*	Pisto manchego Huevos fritos (3) Patatas Agua, pan integral (1) y fruta*	Crema de verduras Pollo taquedado al estilo cajún Arroz integral Agua, pan (1) y fruta*	
Lunes 18	Martes 19	Miércoles 20	Jueves 21	Viernes 22
DIA DEL CELIACO Crema de zanahoria Merluza al horno con aceite y pimentón (4) Lechuga aceituna y maíz Agua, pan integral (1) y fruta*/yogur natural (2)	Patatas bravas Pollo al ajillo Ensalada de pepino y tomate Agua, pan (1) y fruta*	Paella mixta (4),(5),(6) Garbanzos al curry Agua, pan integral (1) y fruta*	Sopa de fideos s/mostaza Albóndigas a la jardinera Agua, pan (1) y fruta*	Guisantes con jamón Tortilla de patata (3) Lechuga espárragos y maíz Agua, pan integral (1) y fruta*/yogur natural (2)
Lunes 25	Martes 26	Miércoles 27	Jueves 28	Viernes 29
Macarrones con tomate s/mostaza Filete de sajonia Lechuga pepino y zanahoria Agua, pan integral (1) y fruta*	Ensalada campera (3),(4),(14) Salchichas de pollo en salsa rubia Agua, pan (1) y fruta*	Lentejas castellanas (1) Calamares en salsa (5) con arroz integral Agua, pan integral (1) y fruta*	Gazpacho Judías pintas a la boloñesa Agua, pan (1) y fruta*	Arroz tres delicias (3) Revuelto de queso (2),(3) Tomate al orégano Agua, pan integral (1) y fruta*

Recomendador de cenas



PRIMEROS PLATOS

COMIDA

Pasta / Arroz
Legumbres
Verduras

CENA

Verdura o Legumbres
Verdura o pasta/arroz
Legumbres o pasta/arroz



GUARNICIONES

1º PLATO

Pasta / Arroz
Legumbres
Verduras

GUARNICIÓN

Verduras
Verduras
Pasta / Arroz, patata o legumbres



SEGUNDOS PLATOS

COMIDA

Carne
Pescado
Huevo
Legumbres

CENA

Pescado, huevo o legumbres
Huevo, carne o legumbres
Carne, pescado o legumbres
Huevo, carne o pescado



POSTRES

COMIDA

Lácteos
Fruta

CENA

Fruta
Lacteos

No frutos secos, semillas, sésamo, legumbres

Mayo de 2026

Lunes 27	Martes 28	Miércoles 29	Jueves 30	Viernes 1 FESTIVO
Lunes 4	Martes 5	Miércoles 6	Jueves 7	Viernes 8
Crema de calabacín Cinta de lomo empanada Ensalada de tomate Agua, pan integral (1) y fruta*	Arroz salteado Merluza a la murciana (4) Agua, pan (1) y fruta*	Sopa de fideos s/soja Carne asada Repollo Agua, pan integral (1) y fruta*	Arroz con tomate Pollo asado Ensalada de maíz y tomate Agua, pan (1) y fruta*	Crema de zanahoria Tortilla de jamon (3) Lechuga zanahoria y aceituna Agua, pan integral (1) y yogur natural (2)
Lunes 11	Martes 12	Miércoles 13	Jueves 14	Viernes 15 FESTIVO
Arroz con pollo y setas Filete de aguja de cerdo a la plancha Ensalada de lechuga Agua, pan integral (1) y fruta*	Fideua s/soja de la huerta Bacalao en salsa veronica (4) Agua, pan (1) y fruta*	Pisto manchego Huevos fritos (3) Patatas Agua, pan integral (1) y fruta*	Crema de verduras Pollo taquedado al estilo cajún Arroz integral Agua, pan (1) y fruta*	
Lunes 18	Martes 19	Miércoles 20	Jueves 21	Viernes 22
DIA DEL CELIACO Crema de zanahoria Merluza al horno con aceite y pimenton (4) Lechuga aceituna y maíz Agua, pan integral (1) y fruta*/yogur natural (2)	Patatas bravas Pollo al ajillo Ensalada de pepino y tomate Agua, pan (1) y fruta*	Paella mixta (4),(5),(6) Pavo al curry Agua, pan integral (1) y fruta*	Sopa de fideos s/soja Albondigas a la jardinera Arroz blanco Agua, pan (1) y fruta*	Arroz rehogado con bacon Tortilla de patata (3) Lechuga espárragos y maíz Agua, pan integral (1) y fruta*/yogur natural (2)
Lunes 25	Martes 26	Miércoles 27	Jueves 28	Viernes 29
Macarrones s/soja con tomate Filete de sajonia Lechuga pepino y zanahoria Agua, pan integral (1) y fruta*	Ensalada campera (3),(4),(14) Salchichas de pollo en salsa rubia Agua, pan (1) y fruta*	Arroz salteado Calamares en salsa (5) con arroz integral Agua, pan integral (1) y fruta*	Gazpacho Carne a la boloñesa Agua, pan (1) y fruta*	Arroz tres delicias s/guisantes (3) Revuelto de queso (2),(3) Tomate al orégano Agua, pan integral (1) y fruta*

Recomendador de cenas



PRIMEROS PLATOS

COMIDA

Pasta / Arroz
Verduras

CENA

Verdura
Pasta/arroz



GUARNICIONES

1º PLATO

Pasta / Arroz
Verduras

GUARNICIÓN

Verduras
Pasta / Arroz, patata



SEGUNDOS PLATOS

COMIDA

Carne
Pescado
Huevo
Legumbres

CENA

Pescado o huevo
Huevo o carne
Carne o pescado
Huevo, carne o pescado



POSTRES

COMIDA

Lácteos
Fruta

CENA

Fruta
Lacteos

No frutos secos, pescado

Mayo de 2026

Lunes 27	Martes 28	Miércoles 29	Jueves 30	Viernes 1 FESTIVO
Lunes 4 Crema de calabacín Cinta de lomo empanada Ensalada de tomate Agua, pan integral (1) y fruta*	Martes 5 Arroz salteado Pavo a la plancha Agua, pan (1) y fruta*	Miércoles 6 Sopa de fideos s/soja Carne asada Repollo Agua, pan integral (1) y fruta*	Jueves 7 Arroz con tomate Pollo asado Ensalada de maíz y tomate Agua, pan (1) y fruta*	Viernes 8 Crema de zanahoria Tortilla de jamon (3) Lechuga zanahoria y aceituna Agua, pan integral (1) y yogur natural (2)
Lunes 11 Arroz con pollo y setas Filete de aguja de cerdo a la plancha Ensalada de lechuga Agua, pan integral (1) y fruta*	Martes 12 Fideua s/soja de la huerta Pollo al horno Agua, pan (1) y fruta*	Miércoles 13 Pisto manchego Huevos fritos (3) Patatas Agua, pan integral (1) y fruta*	Jueves 14 Crema de verduras Pollo taquedado al estilo cajún Arroz integral Agua, pan (1) y fruta*	Viernes 15 FESTIVO
Lunes 18 DIA DEL CELIACO Crema de zanahoria Jamón a la gallega Lechuga aceituna y maíz Agua, pan integral (1) y fruta*/yogur natural (2)	Martes 19 Patatas bravas Pollo al ajillo Ensalada de pepino y tomate Agua, pan (1) y fruta*	Miércoles 20 Paella de verduras Pavo al curry Agua, pan integral (1) y fruta*	Jueves 21 Sopa de fideos s/soja Albondigas a la jardinera Arroz blanco Agua, pan (1) y fruta*	Viernes 22 Arroz rehogado con bacon Tortilla de patata (3) Lechuga espárragos y maíz Agua, pan integral (1) y fruta*/yogur natural (2)
Lunes 25 Macarrones s/soja con tomate Filete de sajonia Lechuga pepino y zanahoria Agua, pan integral (1) y fruta*	Martes 26 Ensalada campera s/atún (3),(14) Salchichas de pollo en salsa rubia Agua, pan (1) y fruta*	Miércoles 27 Arroz salteado Calamares en salsa (5) con arroz integral Agua, pan integral (1) y fruta*	Jueves 28 Gazpacho Carne a la boloñesa Agua, pan (1) y fruta*	Viernes 29 Arroz tres delicias s/guisantes (3) Revuelto de queso (2),(3) Tomate al orégano Agua, pan integral (1) y fruta*

Recomendador de cenas



PRIMEROS PLATOS

COMIDA

Pasta / Arroz
Legumbres
Verduras

CENA

Verdura o Legumbres
Verdura o pasta/arroz
Legumbres o pasta/arroz



GUARNICIONES

1º PLATO

Pasta / Arroz
Legumbres
Verduras

GUARNICIÓN

Verduras
Verduras
Pasta / Arroz, patata o legumbres



SEGUNDOS PLATOS

COMIDA

Carne
Crustáceos, moluscos
Huevo
Legumbres

CENA

Crustáceos, moluscos, huevo o legumbres
Huevo, carne o legumbres
Carne, Crustáceos, moluscos o legumbres
Huevo, carne, Crustáceos, moluscos



POSTRES

COMIDA

Lácteos
Fruta

CENA

Fruta
Lacteos

Lunes 27	Martes 28	Miércoles 29	Jueves 30	Viernes 1
				FESTIVO
Lunes 4	Martes 5	Miércoles 6	Jueves 7	Viernes 8
Crema de calabacín Cinta de lomo empanada Ensalada de tomate Agua, pan integral (1) y fruta*	Arroz salteado Pavo a la plancha Agua, pan (1) y fruta*	Sopa de fideos s/soja Carne asada Repollo Agua, pan integral (1) y fruta*	Arroz con tomate Pollo asado Ensalada de maíz y tomate Agua, pan (1) y fruta*	Crema de zanahoria Tortilla de jamon (3) Lechuga zanahoria y aceituna Agua, pan integral (1) y yogur natural (2)
Lunes 11	Martes 12	Miércoles 13	Jueves 14	Viernes 15
Arroz con pollo y setas Filete de aguja de cerdo a la plancha Ensalada de lechuga Agua, pan integral (1) y fruta*	Fideua s/soja de la huerta Pollo al horno Agua, pan (1) y fruta*	Pisto manchego Huevos fritos (3) Patatas Agua, pan integral (1) y fruta*	Crema de verduras Pollo taquedado al estilo cajún Arroz integral Agua, pan (1) y fruta*	FESTIVO
Lunes 18	Martes 19	Miércoles 20	Jueves 21	Viernes 22
DIA DEL CELIACO Crema de zanahoria Jamón a la gallega Lechuga aceituna y maíz Agua, pan integral (1) y fruta*/yogur natural (2)	Patatas bravas Pollo al ajillo Ensalada de pepino y tomate Agua, pan (1) y fruta*	Paella mixta (4),(5),(6) Pavo al curry Agua, pan integral (1) y fruta*	Sopa de fideos s/soja Albondigas a la jardinera Arroz blanco Agua, pan (1) y fruta*	Arroz rehogado con bacon Tortilla de patata (3) Lechuga espárragos y maíz Agua, pan integral (1) y fruta*/yogur natural (2)
Lunes 25	Martes 26	Miércoles 27	Jueves 28	Viernes 29
Macarrones s/soja con tomate Filete de sajonia Lechuga pepino y zanahoria Agua, pan integral (1) y fruta*	Ensalada campera (3),(4),(14) Salchichas de pollo en salsa rubia Agua, pan (1) y fruta*	Arroz salteado Calamares en salsa (5) con arroz integral Agua, pan integral (1) y fruta*	Gazpacho Carne a la boloñesa Agua, pan (1) y fruta*	Arroz tres delicias s/guisantes (3) Revuelto de queso (2),(3) Tomate al orégano Agua, pan integral (1) y fruta*

Recomendador de cenas



PRIMEROS PLATOS

COMIDA

Pasta / Arroz
Legumbres
Verduras

CENA

Verdura o Legumbres
Verdura o pasta/arroz
Legumbres o pasta/arroz



GUARNICIONES

1º PLATO

Pasta / Arroz
Legumbres
Verduras

GUARNICIÓN

Verduras
Verduras
Pasta / Arroz, patata o legumbres



SEGUNDOS PLATOS

COMIDA

Carne
Crustáceos, moluscos
Huevo
Legumbres

CENA

Crustáceos, moluscos, huevo o legumbres
Huevo, carne o legumbres
Carne, Crustáceos, moluscos o legumbres
Huevo, carne, Crustáceos, moluscos



POSTRES

COMIDA

Lácteos
Fruta

CENA

Fruta
Lacteos

Lunes 27	Martes 28	Miércoles 29	Jueves 30	Viernes 1 FESTIVO
Lunes 4	Martes 5	Miércoles 6	Jueves 7	Viernes 8
Crema de calabacín Cinta de lomo empanada Ensalada de tomate Agua, pan integral (1) y fruta*	Judías verdes con patata Atún a la murciana (4),(10) Agua, pan (1) y fruta*	Sopa de cocido con fideo integral (1),(3),(10),(12) Cocido completo Repollo Agua, pan integral (1) y fruta*	Arroz con tomate Pollo asado Ensalada de maíz y tomate Agua, pan (1) y fruta*	Judías blancas guisadas Tortilla de jamón (3) Lechuga zanahoria y aceituna Agua, pan integral (1) y yogur natural (2)
Lunes 11	Martes 12	Miércoles 13	Jueves 14	Viernes 15 FESTIVO
Arroz con pollo y setas Filete de aguja de cerdo a la plancha Ensalada de lechuga Agua, pan integral (1) y fruta*	Fideuá de la huerta (1),(3),(10),(12) Bacalao en salsa veronica (4) Agua, pan (1) y fruta*	Pisto manchego Huevos fritos (3) Patatas Agua, pan integral (1) y fruta*	Crema de verduras Pollo taquedado al estilo cajún Arroz integral Agua, pan (1) y fruta*	
Lunes 18	Martes 19	Miércoles 20	Jueves 21	Viernes 22
DIA DEL CELIACO Crema de zanahoria Merluza al horno con aceite y pimentón (4) Lechuga aceituna y maíz Agua, pan integral (1) y fruta*/yogur natural (2)	Patatas bravas Pollo al ajillo Ensalada de pepino y tomate Agua, pan (1) y fruta*	Paella de verduras Garbanzos al curry Agua, pan integral (1) y fruta*	Sopa de fideos integrales (1),(3),(10),(12) Albóndigas a la jardinera Cous cous (1),(10),(12) Agua, pan (1) y fruta*	Guisantes con jamón Tortilla de patata (3) Lechuga espárragos y maíz Agua, pan integral (1) y fruta*/yogur natural (2)
Lunes 25	Martes 26	Miércoles 27	Jueves 28	Viernes 29
Macarrones con tomate (1),(3),(10),(12) Filete de sajonia Lechuga pepino y zanahoria Agua, pan integral (1) y fruta*	Ensalada campera (3),(4),(14) Salchichas de pollo en salsa rubia Agua, pan (1) y fruta*	Lentejas castellanas (1) Jamón a la gallega con arroz integral Agua, pan integral (1) y fruta*	Gazpacho Judías pintas a la boloñesa con quinoa (1),(10) Agua, pan (1) y fruta*	Arroz tres delicias (3) Revuelto de queso (2),(3) Tomate al orégano Agua, pan integral (1) y fruta*

Recomendador de cenas



PRIMEROS PLATOS

COMIDA

Pasta / Arroz
Legumbres
Verduras

CENA

Verdura o Legumbres
Verdura o pasta/arroz
Legumbres o pasta/arroz



GUARNICIONES

1º PLATO

Pasta / Arroz
Legumbres
Verduras

GUARNICIÓN

Verduras
Verduras
Pasta / Arroz, patata o legumbres



SEGUNDOS PLATOS

COMIDA

Carne
Pescado
Huevo
Legumbres

CENA

Pescado, huevo o legumbres
Huevo, carne o legumbres
Carne, pescado o legumbres
Huevo, carne o pescado



POSTRES

COMIDA

Lácteos
Fruta

CENA

Fruta
Lacteos

No chorizo (dieta suave)

Mayo de 2026

Lunes 27	Martes 28	Miércoles 29	Jueves 30	Viernes 1 FESTIVO
Lunes 4	Martes 5	Miércoles 6	Jueves 7	Viernes 8
Crema de calabacín Cinta de lomo empanada Ensalada de tomate Agua, pan integral (1) y fruta*	Judías verdes con patata Atún a la murciana (4),(10) Agua, pan (1) y fruta*	Sopa de cocido con fideo integral s/chorizo (1),(3),(10),(12) Cocido completo s/chorizo Repollo Agua, pan integral (1) y fruta*	Arroz con tomate Pollo asado Ensalada de maíz y tomate Agua, pan (1) y fruta*	Judías blancas guisadas Tortilla de jamón (3) Lechuga zanahoria y aceituna Agua, pan integral (1) y yogur natural (2)
Lunes 11	Martes 12	Miércoles 13	Jueves 14	Viernes 15 FESTIVO
Arroz con pollo y setas Filete de aguja de cerdo a la plancha Ensalada de lechuga Agua, pan integral (1) y fruta*	Fideuá de la huerta (1),(3),(10),(12) Bacalao en salsa veronica (4) Agua, pan (1) y fruta*	Pisto manchego Huevos fritos (3) Patatas Agua, pan integral (1) y fruta*	Crema de verduras Pollo taquedado al estilo cajún Arroz integral Agua, pan (1) y fruta*	
Lunes 18	Martes 19	Miércoles 20	Jueves 21	Viernes 22
DIA DEL CELIACO Crema de zanahoria Merluza al horno con aceite y pimentón (4) Lechuga aceituna y maíz Agua, pan integral (1) y fruta*/yogur natural (2)	Patatas bravas Pollo al ajillo Ensalada de pepino y tomate Agua, pan (1) y fruta*	Paella mixta (4),(5),(6) Garbanzos al curry Agua, pan integral (1) y fruta*	Sopa de fideos integrales (1),(3),(10),(12) Albóndigas a la jardinera Cous cous (1),(10),(12) Agua, pan (1) y fruta*	Guisantes con jamón Tortilla de patata (3) Lechuga espárragos y maíz Agua, pan integral (1) y fruta*/yogur natural (2)
Lunes 25	Martes 26	Miércoles 27	Jueves 28	Viernes 29
Macarrones con tomate (1),(3),(10),(12) Filete de sajonia Lechuga pepino y zanahoria Agua, pan integral (1) y fruta*	Ensalada campera (3),(4),(14) Salchichas de pollo en salsa rubia Agua, pan (1) y fruta*	Lentejas castellanas (1) Calamares en salsa (5) con arroz integral Agua, pan integral (1) y fruta*	Gazpacho Judías pintas a la boloñesa con quinoa (1),(10) Agua, pan (1) y fruta*	Arroz tres delicias (3) Revuelto de queso (2),(3) Tomate al orégano Agua, pan integral (1) y fruta*

Recomendador de cenas



PRIMEROS PLATOS

COMIDA

Pasta / Arroz
Legumbres
Verduras

CENA

Verdura o Legumbres
Verdura o pasta/arroz
Legumbres o pasta/arroz



GUARNICIONES

1º PLATO

Pasta / Arroz
Legumbres
Verduras

GUARNICIÓN

Verduras
Verduras
Pasta / Arroz, patata o legumbres



SEGUNDOS PLATOS

COMIDA

Carne
Pescado
Huevo
Legumbres

CENA

Pescado, huevo o legumbres
Huevo, carne o legumbres
Carne, pescado o legumbres
Huevo, carne o pescado



POSTRES

COMIDA

Lácteos
Fruta

CENA

Fruta
Lacteos

No pollo, pavo, pato, harina o almidón maíz

Mayo de 2026

Lunes 27	Martes 28	Miércoles 29	Jueves 30	Viernes 1 FESTIVO
Lunes 4	Martes 5	Miércoles 6	Jueves 7	Viernes 8
Crema de calabacín Cinta de lomo a la plancha Ensalada de tomate Agua, pan integral (1) y fruta*	Judías verdes con patata Atún a la murciana (4),(10) Agua, pan (1) y fruta*	Sopa de cocido con fideo integral s/pollo (1),(3),(10),(12) Cocido completo s/pollo Repollo Agua, pan integral (1) y fruta*	Arroz con verduras Lacón a la gallega Ensalada de maíz y tomate Agua, pan (1) y fruta*	Judías blancas guisadas Tortilla de jamón (3) Lechuga zanahoria y aceituna Agua, pan integral (1) y yogur natural (2)
Lunes 11	Martes 12	Miércoles 13	Jueves 14	Viernes 15 FESTIVO
Arroz salteado con setas Filete de aguja de cerdo a la plancha Ensalada de lechuga Agua, pan integral (1) y fruta*	Fideuá de la huerta (1),(3),(10),(12) Bacalao en salsa veronica (4) Agua, pan (1) y fruta*	Pisto manchego Huevos fritos (3) Patatas Agua, pan integral (1) y fruta*	Crema de verduras Jamón taquedado al estilo cajún Arroz integral Agua, pan (1) y fruta*	
Lunes 18	Martes 19	Miércoles 20	Jueves 21	Viernes 22
DIA DEL CELIACO Crema de zanahoria Merluza al horno con aceite y pimentón (4) Lechuga aceituna y maíz Agua, pan integral (1) y fruta*/yogur natural (2)	Patatas alioli Lomo al ajillo Ensalada de pepino y tomate Agua, pan (1) y fruta*	Paella de marisco (4),(5),(6) Garbanzos al curry Agua, pan integral (1) y fruta*	Sopa de fideos integrales (1),(3),(10),(12) Albóndigas a la jardinera Cous cous (1),(10),(12) Agua, pan (1) y fruta*	Guisantes con jamón Tortilla de patata (3) Lechuga espárragos y maíz Agua, pan integral (1) y fruta*/yogur natural (2)
Lunes 25	Martes 26	Miércoles 27	Jueves 28	Viernes 29
Macarrones al ajillo (1),(3),(10),(12) Filete de sajonia Lechuga pepino y zanahoria Agua, pan integral (1) y fruta*	Ensalada campera (3),(4),(14) Cinta de lomo en salsa rubia Agua, pan (1) y fruta*	Lentejas castellanas (1) Calamares en salsa (5) con arroz integral Agua, pan integral (1) y fruta*	Gazpacho Judías pintas a la boloñesa con quinoa (1),(10) Agua, pan (1) y fruta*	Arroz tres delicias (3) Revuelto de queso (2),(3) Tomate al orégano Agua, pan integral (1) y fruta*

Recomendador de cenas



PRIMEROS PLATOS

COMIDA

Pasta / Arroz
Legumbres
Verduras

CENA

Verdura o Legumbres
Verdura o pasta/arroz
Legumbres o pasta/arroz



GUARNICIONES

1º PLATO

Pasta / Arroz
Legumbres
Verduras

GUARNICIÓN

Verduras
Verduras
Pasta / Arroz, patata o legumbres



SEGUNDOS PLATOS

COMIDA

Carne
Pescado
Huevo
Legumbres

CENA

Pescado, huevo o legumbres
Huevo, carne o legumbres
Carne, pescado o legumbres
Huevo, carne o pescado



POSTRES

COMIDA

Lácteos
Fruta

CENA

Fruta
Lacteos

Restrictivo a Líquidos

Mayo de 2026

Lunes 27	Martes 28	Miércoles 29	Jueves 30	Viernes 1
				FESTIVO
Lunes 4	Martes 5	Miércoles 6	Jueves 7	Viernes 8
Calabacín salteado Cinta de lomo empanada Ensalada de tomate Agua, pan integral (1) y fruta*	Judías verdes con patata Atún a la murciana (4),(10) Agua, pan (1) y fruta*	Repollo Cocido completo Agua, pan integral (1) y fruta*	Arroz con tomate Pollo asado Ensalada de maíz y tomate Agua, pan (1) y fruta*	Judías blancas con verduras Tortilla de jamón (3) Lechuga zanahoria y aceituna Agua, pan integral (1) y fruta*
Lunes 11	Martes 12	Miércoles 13	Jueves 14	Viernes 15
Arroz con pollo y setas Filete de aguja de cerdo a la plancha Ensalada de lechuga Agua, pan integral (1) y fruta*	Fideuá de la huerta (1),(3),(10),(12) Bacalao en salsa veronica (4) Agua, pan (1) y fruta*	Pisto manchego Huevos fritos (3) Patatas Agua, pan integral (1) y fruta*	Verduras asadas Pollo taquedado al estilo cajún Arroz integral Agua, pan (1) y fruta*	FESTIVO
Lunes 18	Martes 19	Miércoles 20	Jueves 21	Viernes 22
DIA DEL CELIACO Arroz con tomate Merluza al horno con aceite y pimentón (4) Lechuga aceituna y maíz Agua, pan integral (1) y fruta*	Patatas bravas Pollo al ajillo Ensalada de pepino y tomate Agua, pan (1) y fruta*	Paella mixta (4),(5),(6) Garbanzos al curry Agua, pan integral (1) y fruta*	Verduras del día Albóndigas a la jardinera Cous cous (1),(10),(12) Agua, pan (1) y fruta*	Guisantes con jamón Tortilla de patata (3) Lechuga espárragos y maíz Agua, pan integral (1) y fruta*
Lunes 25	Martes 26	Miércoles 27	Jueves 28	Viernes 29
Macarrones con tomate (1),(3),(10),(12) Filete de sajonia Lechuga pepino y zanahoria Agua, pan integral (1) y fruta*	Ensalada campera (3),(4),(14) Salchichas de pollo en salsa rubia Agua, pan (1) y fruta*	Lentejas en ensalada Calamares en salsa (5) con arroz integral Agua, pan integral (1) y fruta*	Verdura asada Judías pintas a la boloñesa con quinoa (1),(10) Agua, pan (1) y fruta*	Arroz tres delicias (3) Revuelto de queso (2),(3) Tomate al orégano Agua, pan integral (1) y fruta*

Recomendador de cenas



PRIMEROS PLATOS

COMIDA

Pasta / Arroz
Legumbres
Verduras

CENA

Verdura o Legumbres
Verdura o pasta/arroz
Legumbres o pasta/arroz



GUARNICIONES

1º PLATO

Pasta / Arroz
Legumbres
Verduras

GUARNICIÓN

Verduras
Verduras
Pasta / Arroz, patata o legumbres



SEGUNDOS PLATOS

COMIDA

Carne
Pescado
Huevo
Legumbres

CENA

Pescado, huevo o legumbres
Huevo, carne o legumbres
Carne, pescado o legumbres
Huevo, carne o pescado



POSTRES

COMIDA

Lácteos
Fruta

CENA

Fruta
Lacteos

Mastocitosis cutánea

Mayo de 2026

Lunes 27	Martes 28	Miércoles 29	Jueves 30	Viernes 1
				FESTIVO
Lunes 4	Martes 5	Miércoles 6	Jueves 7	Viernes 8
Crema de calabacín Pollo empanado Ensalada de tomate Agua, pan integral (1) y fruta*	Judías verdes con patata Atún a la murciana (4),(10) Agua, pan (1) y fruta*	Sopa de pollo con fideo integral (1),(3),(10),(12) Cocido completo s/cerdo Repollo Agua, pan integral (1) y fruta*	Arroz con tomate Pollo asado Ensalada de maíz y tomate Agua, pan (1) y fruta*	Judías blancas guisadas Tortilla de patata (3) Lechuga zanahoria y aceituna Agua, pan integral (1) y yogur natural (2)
Lunes 11	Martes 12	Miércoles 13	Jueves 14	Viernes 15
Arroz con pollo y setas Pavo a la plancha Ensalada de lechuga Agua, pan integral (1) y fruta*	Fideuá de la huerta (1),(3),(10),(12) Bacalao en salsa veronica (4) Agua, pan (1) y fruta*	Pisto manchego Huevos fritos (3) Patatas Agua, pan integral (1) y fruta*	Crema de verduras Pollo taquedado al estilo cajún Arroz integral Agua, pan (1) y fruta*	FESTIVO
Lunes 18	Martes 19	Miércoles 20	Jueves 21	Viernes 22
DIA DEL CELIACO Crema de zanahoria Merluza al horno con aceite y pimentón (4) Lechuga aceituna y maíz Agua, pan integral (1) y fruta*/yogur natural (2)	Patatas bravas Pollo al ajillo Ensalada de pepino y tomate Agua, pan (1) y fruta*	Paella de verduras Garbanzos al curry Agua, pan integral (1) y fruta*	Sopa de fideos integrales (1),(3),(10),(12) Albóndigas de ternera a la jardinera Cous cous (1),(10),(12) Agua, pan (1) y fruta*	Guisantes salteados Tortilla de patata (3) Lechuga espárragos y maíz Agua, pan integral (1) y fruta*/yogur natural (2)
Lunes 25	Martes 26	Miércoles 27	Jueves 28	Viernes 29
Macarrones con tomate (1),(3),(10),(12) Pavo a la plancha Lechuga pepino y zanahoria Agua, pan integral (1) y fruta*	Ensalada campera (3),(4),(14) Salchichas de pollo en salsa rubia Agua, pan (1) y fruta*	Lentejas castellanas (1) Pollo a la gallega con arroz integral Agua, pan integral (1) y fruta*	Gazpacho Judías pintas rehogadas con ternera con quinoa (1),(10) Agua, pan (1) y fruta*	Arroz tres delicias s/jamón (3) Revuelto de queso (2),(3) Tomate al orégano Agua, pan integral (1) y fruta*

Recomendador de cenas



PRIMEROS PLATOS

COMIDA

Pasta / Arroz
Legumbres
Verduras

CENA

Verdura o Legumbres
Verdura o pasta/arroz
Legumbres o pasta/arroz



GUARNICIONES

1º PLATO

Pasta / Arroz
Legumbres
Verduras

GUARNICIÓN

Verduras
Verduras
Pasta / Arroz, patata o legumbres



SEGUNDOS PLATOS

COMIDA

Carne
Pescado
Huevo
Legumbres

CENA

Pescado, huevo o legumbres
Huevo, carne o legumbres
Carne, pescado o legumbres
Huevo, carne o pescado



POSTRES

COMIDA

Lácteos
Fruta

CENA

Fruta
Lacteos