


ALÉRGENOS

1. GLUTEN

2. CRUSTÁCEOS

3. HUEVOS

4. PESCADO

5. CACAHUETES

6. SOJA

7. LÁCTEOS

8. FRUTOS DE CÁSCARA

9. APIO

10. MOSTAZA

11. SÉSAMO

12. DIÓXIDO DE AZUFRE, SULFITOS

13. ALTRAMUCES

14. MOLUSCOS

En cumplimiento del Reglamento (UE) 1169/2011 la información de alérgenos está disponible en la cocina del centro

LUNES
5

12

Lentejas (eco) estofadas (1, 19) - Lentils with vegetables
Bacalao rebozado (1, 3, 4) - Breaded cod
lechuga y tomate (12) - Lettuce & tomato
Pan (1) - Bread
Manzana - Apple

KCAL	Prot.(g)	Hidr.(g)	Lípid.(g)	AGS.(g)
634,02	36,67	67,52	24,35	3,30

19

Crema de zanahorias con picatostes (1, 6, 7, 8, 11) - Cream of carrot soup
Albóndigas de ternera a la jardinera (19) - Meatballs with vegetables
con patatas fritas - fried potatoes
Pan (1) - Bread
Mandarina - Mandarin

KCAL	Prot.(g)	Hidr.(g)	Lípid.(g)	AGS.(g)
693,56	19,82	70,19	36,82	10,28

26

Alubias blancas estofadas con verduras (19) - White beans stew
Tortilla francesa (3) - Omelette
lechuga y tomate (12) - Lettuce & tomato
Pan (1) - Bread
Plátano - Banana

KCAL	Prot.(g)	Hidr.(g)	Lípid.(g)	AGS.(g)
610,62	23,90	78,52	23,61	4,13

MARTES
6
13

Arroz caldoso con pollo - Rice with chicken
Tortilla de jamón cocido (3, 6) - Ham omelette
y lechuga y zanahoria (12) - lettuce & carrot
Pan (1) - Bread
Plátano - Banana

KCAL	Prot.(g)	Hidr.(g)	Lípid.(g)	AGS.(g)
688,99	25,49	94,60	24,49	4,55

20

Lentejas estofadas con chorizo (1, 19) - Lentil stew
Huevos Villaroy (1, 2, 3, 4, 6, 7, 10, 14) - Stuffed eggs
con ensalada (12) - with salad
Pan (1) - Bread
Manzana - Apple

KCAL	Prot.(g)	Hidr.(g)	Lípid.(g)	AGS.(g)
757,17	21,37	60,42	25,99	4,81

27

Arroz tres delicias (3, 19) - Fried rice with peas, ham and egg
Filete de merluza rebozado (1, 3, 4) - Breaded hake fish
lechuga y zanahoria (12) - lettuce&carrot
Pan (1) - Bread
Mandarina - Mandarin

KCAL	Prot.(g)	Hidr.(g)	Lípid.(g)	AGS.(g)
657,93	32,10	74,78	25,59	3,77

MIÉRCOLES
7
14


Crema de calabacín - Cream of zucchini
Magro de cerdo en salsa - Pork stew
con cuscús (1, 6) - Couscous
Pan integral (1) - Wholemeal bread
Pera - Pear

KCAL	Prot.(g)	Hidr.(g)	Lípid.(g)	AGS.(g)
709,09	28,90	79,21	29,99	5,87

21

Patatas guisadas con verduras y calamares (14) - Potatoes with vegetables & squid
Jamoncitos de pollo asados - Grilled chicken fillet
con lechuga y maíz - lettuce & corn
Pan integral (1) - Wholemeal bread
Plátano - Banana

KCAL	Prot.(g)	Hidr.(g)	Lípid.(g)	AGS.(g)
688,80	29,98	76,40	29,26	4,39

28

Sopa de picadillo (1, 3) - Pork & pasta soup
Garbanzos con verduras y cuscús (1, 6, 19) - Chickpea stew with vegetables & cous cous
Pan integral (1) - Wholemeal bread
Pera - Pear

KCAL	Prot.(g)	Hidr.(g)	Lípid.(g)	AGS.(g)
672,43	27,80	95,60	20,49	3,84

JUEVES
8

Arroz integral con tomate - Rice with chicken
Rabas de calamar (1, 2, 3, 4, 6, 7, 12, 14) - Breaded squid
lechuga y zanahoria (12) - lettuce&carrot
Pan (1) - Bread
Natillas con galleta (1, 7) - Vanila cream

KCAL	Prot.(g)	Hidr.(g)	Lípid.(g)	AGS.(g)
720,63	21,89	92,60	29,04	5,25

15

Judías blancas con verduras y chorizo (19) - White bean stew with vegetables
Wok de pollo con verduras, salsa de soja y arroz (1, 6) - Chicken & vegetables wok
Pan (1) - Bread
Yogur (7) - Yoghurt

KCAL	Prot.(g)	Hidr.(g)	Lípid.(g)	AGS.(g)
633,35	41,81	65,67	22,55	6,49

22

Sopa de cocido (1, 3) - Meat and pasta soup
Cocido madrileño completo: garbanzos, morcillo, pollo y chorizo (19) - Chickpea, meat and vegetables
Pan (1) - Bread
Petit Suisse (7) -

KCAL	Prot.(g)	Hidr.(g)	Lípid.(g)	AGS.(g)
713,68	45,71	86,74	20,43	6,97

29

Crema de calabaza (eco) - Cream of pumpkin soup
Filete de pollo al horno - Grilled chicken fillet
con patatas asadas - Baked potatoes
Pan (1) - Bread
Manzana - Apple

KCAL	Prot.(g)	Hidr.(g)	Lípid.(g)	AGS.(g)
626,88	27,70	82,72	20,59	3,41

VIERNES
9

Alubias pintas guisadas (19) - Red beans stew
Tortilla de queso (3, 7) - Cheese omelette con lechuga y maíz - lettuce & corn
Pan integral (1) - Wholemeal bread
Naranja - Orange

KCAL	Prot.(g)	Hidr.(g)	Lípid.(g)	AGS.(g)
616,09	26,51	70,85	25,85	5,75

16

Coditos a la carbonara (1, 3, 6, 7) - Carbonara pasta
Merluza con tomate (4) - Hake fish in tomato sauce
y pisto - Vegetable stew
Pan integral (1) - Wholemeal bread
Mandarina - Mandarin

KCAL	Prot.(g)	Hidr.(g)	Lípid.(g)	AGS.(g)
618,95	34,50	75,95	19,47	4,96

23

Paella mixta - Rice with chicken & vegetables
Salmón al horno (4) - Baked salmon con zanahorias baby - with carrots
Pan integral (1) - Wholemeal bread
Naranja - Orange

KCAL	Prot.(g)	Hidr.(g)	Lípid.(g)	AGS.(g)
720,47	40,37	75,02	28,43	4,52

30

Macarrones integrales gratinados (1, 3, 7) - Pasta with tomato sauce & cheese
Abadejo al horno (4) - Baked fish con lechuga y maíz - lettuce & corn
Pan integral (1) - Wholemeal bread
Yogur (7) - Yoghurt

KCAL	Prot.(g)	Hidr.(g)	Lípid.(g)	AGS.(g)
655,62	36,13	90,38	16,60	4,36

¡Feliz Año Nuevo!
2026

