

MENU MENSUAL – ABRIL 2026



LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES
		1 FESTIVO	2 FESTIVO	3 FESTIVO
6 NO LECTIVO	7 PASTA CON CHORIZO (1,3,6,10) REVUELTO CON JAMÓN Y QUESO (3,7) FRUTA DE TEMPORADA 650KCAL P:28 HC:37 L:42 Cena: Pescado blanco y ensalada	8 PURÉ DE CALABAZA (7) MUSLITOS DE POLLO AL HORNO CON TABULÉ (1,6,10) FRUTA DE TEMPORADA 646KCAL P:22 HC:80 L:24 Cena: Verdura y cerdo	9 PAELLA VALENCIANA (2,4,6,14) LENGUADO AL HORNO (4) CON ENSALADA DE LECHUGA, TOMATE Y MAIZ (12) YOGUR (7) 643KCAL P:42 HC:58 L:26 Cena: Huevo y ensalada	10 SOPA DE COCIDO COCIDO COMPLETO FRUTA DE TEMPORADA (1,3,6,10) 672KCAL, P:29, HC:80, L:25 Cena: Pescado azul y verdura
13 ARROZ TRES DELICIAS (2,3,4) TORTILLA FRANCESA CON PISTO (3) FRUTA DE TEMPORADA 495KCAL P:14 HC:52 L:24 Cena: Pescado azul con verduras	14 JUDIAS VERDES CON JAMÓN LIMANDA REBOZADA (1,4,6,10) CON ENSALADA DE LECHUGA Y TOMATE (12) FRUTA DE TEMPORADA 510KCAL P:24 HC:58 L:18 Cena: Ternera y ensalada	15 SOPA DE PESCADO (1,3,4,6,10) MAGRO CON TOMATE Y PATATAS COCIDA FRUTA DE TEMPORADA 600KCAL P:35 HC:47 L:23 Cena: Huevo y ensalada	16 LENTEJAS ESTOFADAS (1,6,10) MERLUZA EN SALSA VERDE CON HUEVO DURO (1,3,4,6,10) YOGUR (7) 656KCAL P:39 HC:52 L:30 Cena: Pollo y ensalada	17 PURÉ DE VERDURAS (7) FILETE DE PAVO EN SALSA A LA PLANCHAS CON CUSCÚS (1,6,10) FRUTA DE TEMPORADA 655KCAL P:35 HC:89 L:14 Cena: Pescado blanco y ensalada

Alérgenos: 1. Gluten, 2. Crustáceos, 3. Huevos, 4. Pescado, 5. Cacahuets, 6. Soja, 7. Lácteos, 8. Frutos de cáscara, 9. Apio, 10. Mostaza, 11. Sésamo, 12. Dióxido de azufre y sulfitos, 13. Altramuces y 14. Moluscos.

La fruta es de temporada: plátano, naranja, mandarina, pera y manzana.

La anotación de cena es una sugerencia abierta, con el tipo de alimentos para una dieta más equilibrada. Recomendamos siempre consumir como postre una pieza de FRUTA DE TEMPORADA. Bebida, agua y pan diario (contiene gluten). Kcal (Kilocalorías), P (proteínas), HC (Hidratos de Carbono), L (Lípidos).

MENU MENSUAL – ABRIL 2026



LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES
20 MENESTRA DE VERDURAS CALAMARES A LA ROMANA (1,4,6,10,14) CON ENSALADA DE TOMATE, LECHUGA Y MAIZ (12) FRUTA DE TEMPORADA 677KCAL, P:32, HC:65, L:30 Cena: Verdura y cerdo	21 SOPA DE COCIDO COCIDO COMPLETO (1,3,6,10) FRUTA DE TEMPORADA 672KCAL, P:29, HC:80, L:25 Cena: Pescado azul y ensalada	22 PURE DE ZANAHORIA (7) POLLO ASADO AL HORNO CON TABULÉ (1,6,10) FRUTA DE TEMPORADA PAN INTEGRAL (1) 663KCAL, P:42, HC:69, L:21 Cena: Huevo y ensalada	23 PASTA INTEGRAL CON GAMBAS (1,2,3,4,6,10,12) TORTILLA FRANCESA (3) CON ENSALADA LECHUGA Y TOMATE (12) YOGUR (7) 700KCAL P:31 HC:68 L:33 Cena: Pescado blanco con verduras	24 PATATAS A LO POBRE (1,6,10) SALMÓN A LA NARANJA AL HORNO (4) CON ENSALADA DE TOMATE Y QUESO (7,12) FRUTA DE TEMPORADA PAN INTEGRAL (1) 632KCAL, P:25, HC:62, L:29 Cena: Pavo con verduras
27 ARROZ INTEGRAL CON TOMATE TORTILLA FRANCESA (3) CON ENSALADA DE LECHUGA, REMOLACHA Y MAIZ (12) FRUTA DE TEMPORADA 694KCAL, P:22, HC:76, L:32 Cena: Pescado blanco con verduras	28 JUDÍAS PINTAS (1,6,10) BACALAO EN Salsa AL HORNO (4) CON ENSALADA DE COL Y MANZANA (12) FRUTA DE TEMPORADA 637KCAL, P:46, HC:72, L:14 Cena: Pavo con verduras	29 JUDIAS VERDES REHOGADAS SOLOMILLO DE CERDO AL HORNO CON PATATA FRITAS YOGUR (7) PAN INTEGRAL (1) 629KCAL P:33 HC:51 L:31 Cena: Huevo y ensalada	30 CREMA DE CALABACÍN (7) EMPANADA DE ATÚN AL HORNO (1,3,4,6,7,8,12) CON ENSALADA DE TOMATE Y LECHUGA (12) FRUTA DE TEMPORADA 662KCAL, P:19, HC:76, L:29 Cena: Pollo y ensalada	

Alérgenos: 1. Gluten, 2. Crustáceos, 3. Huevos, 4. Pescado, 5. Cacahuètes, 6. Soja, 7. Lácteos, 8. Frutos de cáscara, 9. Apio, 10. Mostaza, 11. Sésamo, 12. Dióxido de azufre y sulfitos, 13. Altramuces y 14. Moluscos.

La fruta es de temporada: plátano, naranja, mandarina, pera y manzana.

MENU MENSUAL – ABRIL 2026



SIN GLUTEN
(el menú es el mismo, pero con las adaptaciones necesarias)

Realizado el departamento de nutrición



LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES
		1 FESTIVO	2 FESTIVO	3 FESTIVO
6 NO LECTIVO	7 PASTA CON CHORIZO REVUELTO CON JAMON Y QUESO FRUTA DE TEMPORADA 650KCAL P:28 HC:37 L:42 Cena: Pescado blanco y ensalada	8 PURÉ DE CALABAZA MUSLITOS DE POLLO AL HORNO CON ARROZ FRUTA DE TEMPORADA 658KCAL P:20 HC:94 L:21 Cena: Verdura y cerdo	9 PAELLA VALENCIANA LENGUADO AL HORNO CON ENSALADA DE LECHUGA, TOMATE Y MAIZ YOGUR 643KCAL P:42 HC:58 L:26 Cena: Huevo y ensalada	10 SOPA DE COCIDO COCIDO COMPLETO FRUTA DE TEMPORADA 672KCAL, P:29, HC:80, L:25 Cena: Pescado azul y verdura
13 ARROZ TRES DELICIAS TORTILLA FRANCESA CON PISTO FRUTA DE TEMPORADA 495KCAL P:14 HC:52 L:24 Cena: Pescado azul con verduras	14 JUDIAS VERDES CON JAMÓN LIMANDA REBOZADA CON ENSALADA DE LECHUGA Y TOMATE FRUTA DE TEMPORADA 510KCAL P:24 HC:58 L:18 Cena: Ternera y ensalada	15 SOPA DE PESCADO MAGRO CON TOMATE Y PATATAS COCIDAS FRUTA DE TEMPORADA 600KCAL P:35 HC:47 L:23 Cena: Huevo y ensalada	16 LENTEJAS ESTOFADAS MERLUZA EN SALSA VERDE CON HUEVO DURO YOGUR 656KCAL P:39 HC:52 L:30 Cena: ensalada y pollo	17 PURÉ DE VERDURAS FILETE DE PAVO EN SALSA A LA PLANCHA CON ARROZ FRUTA DE TEMPORADA 649KCAL P:32 HC:93 L:14 Cena: Pescado blanco y ensalada
20 MENESTRA DE VERDURAS CALAMARES A LA ROMANA CON ENSALADA DE TOMATE, LECHUGA Y MAIZ FRUTA DE TEMPORADA 677KCAL, P:32, HC:65, L:30 Cena: Verdura y cerdo	21 SOPA DE COCIDO COCIDO COMPLETO FRUTA DE TEMPORADA 672KCAL, P:29, HC:80, L:25 Cena: Pescado azul y ensalada	22 PURE DE ZANAHORIA POLLO ASADO AL HORNO CON ARROZ FRUTA DE TEMPORADA PAN INTEGRAL 731KCAL, P:42, HC:91, L:19 Cena: Huevo y ensalada	23 PASTA INTEGRAL CON GAMBAS TORTILLA FRANCESA CON ENSALADA LECHUGA Y TOMATE YOGUR 700KCAL P:31 HC:68 L:33 Cena: Pescado blanco con verduras	24 PATATAS A LO POBRE SALMÓN A LA NARANJA AL HORNO CON ENSALADA DE TOMATE Y QUESO FRUTA DE TEMPORADA PAN INTEGRAL 632KCAL, P:25, HC:62, L:29 Cena: Pavo con verduras
27 ARROZ INTEGRAL CON TOMATE TORTILLA FRANCESA CON ENSALADA DE LECHUGA, REMOLACHA Y MAIZ FRUTA DE TEMPORADA 694KCAL, P:22, HC:76, L:32 Cena: Pescado blanco con verduras	28 JUDÍAS PINTAS BACALAO EN SALSA AL HORNO CON ENSALADA DE COL Y MANZANA FRUTA DE TEMPORADA 637KCAL, P:46, HC:72, L:14 Cena: Pavo con verduras	29 JUDIAS VERDES REHOGADAS SOLOMILLO DE CERDO AL HORNO CON PATATA FRITAS YOGUR PAN INTEGRAL 629KCAL P:33 HC:51 L:31 Cena: Huevo y ensalada	30 CREMA DE CALABACÍN EMPANADA DE ATÚN AL HORNO CON ENSALADA DE TOMATE Y LECHUGA FRUTA DE TEMPORADA 662KCAL, P:19, HC:76, L:29 Cena: Pollo y ensalada	

La anotación de cena es una sugerencia abierta, con el tipo de alimentos para una dieta más equilibrada. Recomendamos siempre consumir como postre una pieza de FRUTA DE TEMPORADA. Bebida, agua y pan diario.
Kcal (Kilocalorías), P (proteínas), HC (Hidratos de Carbono), L (Lípidos).



LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES
		1 FESTIVO	2 FESTIVO	3 FESTIVO
6 NO LECTIVO	7 PASTA CON CHORIZO REVUELTO CON JAMON Y QUESO FRUTA DE TEMPORADA 650KCAL P:28 HC:37 L:42 Cena: Ternera y ensalada	8 PURÉ DE CALABAZA MUSLITOS DE POLLO AL HORNO CON TABULÉ FRUTA DE TEMPORADA 646KCAL P:22 HC:80 L:24 Cena: Verdura y cerdo	9 PAELLA VALENCIANA FILETE DE TERNERA CON ENSALADA DE LECHUGA, TOMATE Y MAIZ YOGUR 715KCAL P:40 HC:52 L:38 Cena: Huevo y ensalada	10 SOPA DE COCIDO COCIDO COMPLETO FRUTA DE TEMPORADA 672KCAL, P:29, HC:80, L:25 Cena: Pavo y verdura
13 ARROZ TRES DELICIAS TORTILLA FRANCESA CON PISTO FRUTA DE TEMPORADA 495KCAL P:14 HC:52 L:24 Cena: Pavo con verduras	14 JUDIAS VERDES CON JAMÓN SALCHICHAS CON ENSALADA DE LECHUGA Y TOMATE FRUTA DE TEMPORADA 592KCAL P:18 HC:45 L:35 Cena: Ternera y ensalada	15 SOPA DE ESTRELLAS MAGRO CON TOMATE Y PATATAS COCIDA FRUTA DE TEMPORADA 557KCAL P:20 HC:68 L:16 Cena: Huevo y ensalada	16 LENTEJAS ESTOFADAS POLLO EN SALSA CON HUEVO DURO YOGUR 746KCAL P:35 HC:52 L:42 Cena: Pollo y ensalada	17 PURÉ DE VERDURAS FILETE DE PAVO EN SALSA A LA PLANCHA CON CUSCÚS FRUTA DE TEMPORADA 655KCAL P:35 HC:89 L:14 Cena: Cerdo y ensalada
20 MENESTRA DE VERDURAS PECHUGA DE PAVO CON ENSALADA DE TOMATE, LECHUGA Y MAIZ FRUTA DE TEMPORADA 615KCAL, P:45, HC:52, L:23 Cena: Verdura y cerdo	21 SOPA DE COCIDO COCIDO COMPLETO FRUTA DE TEMPORADA 672KCAL, P:29, HC:80, L:25 Cena: Pollo y ensalada	22 PURE DE ZANAHORIA POLLO ASADO AL HORNO CON TABULÉ FRUTA DE TEMPORADA PAN INTEGRAL 663KCAL, P:42, HC:69, L:21 Cena: Huevo y ensalada	23 PASTA INTEGRAL CON TOMATE TORTILLA FRANCESA CON ENSALADA LECHUGA Y TOMATE YOGUR 700KCAL P:31 HC:68 L:33 Cena: Ternera con verduras	24 PATATAS A LO POBRE FILETE DE TERNERA CON ENSALADA DE TOMATE Y QUESO FRUTA DE TEMPORADA PAN INTEGRAL 663KCAL, P:46, HC:57, L:26 Cena: Pavo con verduras
27 ARROZ INTEGRAL CON TOMATE TORTILLA FRANCESA CON ENSALADA DE LECHUGA, REMOLACHA Y MAIZ FRUTA DE TEMPORADA 694KCAL, P:22, HC:76, L:32 Cena: Cerdo con verduras	28 JUDÍAS PINTAS FILETE DE TERNERA CON ENSALADA DE COL Y MANZANA FRUTA DE TEMPORADA 766KCAL, P:41, HC:71, L:31 Cena: Pavo con verduras	29 JUDIAS VERDES REHOGADAS SOLOMILLO DE CERDO AL HORNO CON PATATA FRITAS YOGUR PAN INTEGRAL 629KCAL P:33 HC:51 L:31 Cena: Huevo y ensalada	30 CREMA DE CALABACÍN PECHUGA DE POLLO CON ENSALADA DE TOMATE Y LECHUGA FRUTA DE TEMPORADA 615KCAL, P:41, HC:50, L:26 Cena: Pollo y ensalada	

MENU MENSUAL – ABRIL 2026



SIN LACTOSA
(el menú es el mismo, pero
con las adaptaciones)

Realizado el departamento de nutrición



LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES
		1 FESTIVO	2 FESTIVO	3 FESTIVO
6 NO LECTIVO	7 PASTA CON CHORIZO REVUELTO CON JAMON Y QUESO FRUTA DE TEMPORADA 650KCAL P:28 HC:37 L:42 Cena: Pescado blanco y ensalada	8 PURÉ DE CALABAZA MUSLITOS DE POLLO AL HORNO CON TABULÉ FRUTA DE TEMPORADA 646KCAL P:22 HC:80 L:24 Cena: Verdura y cerdo	9 PAELLA VALENCIANA LENGUADO AL HORNO CON ENSALADA DE LECHUGA, TOMATE Y MAIZ YOGUR 643KCAL P:42 HC:58 L:26 Cena: Huevo y ensalada	10 SOPA DE COCIDO COCIDO COMPLETO FRUTA DE TEMPORADA 672KCAL, P:29, HC:80, L:25 Cena: Pescado azul y verdura
13 ARROZ TRES DELICIAS TORTILLA FRANCESA CON PISTO FRUTA DE TEMPORADA 495KCAL P:14 HC:52 L:24 Cena: Pescado azul con verduras	14 JUDIAS VERDES CON JAMÓN LIMANDA REBOZADA CON ENSALADA DE LECHUGA Y TOMATE FRUTA DE TEMPORADA 510KCAL P:24 HC:58 L:18 Cena: Ternera y ensalada	15 SOPA DE PESCADO MAGRO CON TOMATE Y PATATAS COCIDA FRUTA DE TEMPORADA 600KCAL P:35 HC:47 L:23 Cena: Huevo y ensalada	16 LENTEJAS ESTOFADAS MERLUZA EN SALSA VERDE CON HUEVO DURO YOGUR 656KCAL P:39 HC:52 L:30 Cena: Pollo y ensalada	17 PURÉ DE VERDURAS FILETE DE PAVO EN SALSA A LA PLANCHA CON CUSCÚS FRUTA DE TEMPORADA 655KCAL P:35 HC:89 L:14 Cena: Pescado blanco y ensalada
20 MENESTRA DE VERDURAS CALAMARES A LA ROMANA CON ENSALADA DE TOMATE, LECHUGA Y MAIZ FRUTA DE TEMPORADA 677KCAL, P:32, HC:65, L:30 Cena: Verdura y cerdo	21 SOPA DE COCIDO COCIDO COMPLETO FRUTA DE TEMPORADA 672KCAL, P:29, HC:80, L:25 Cena: Pescado azul y ensalada	22 PURE DE ZANAHORIA POLLO ASADO AL HORNO CON TABULÉ FRUTA DE TEMPORADA PAN INTEGRAL 663KCAL, P:42, HC:69, L:21 Cena: Huevo y ensalada	23 PASTA INTEGRAL CON GAMBAS TORTILLA FRANCESA CON ENSALADA LECHUGA Y TOMATE YOGUR 700KCAL P:31 HC:68 L:33 Cena: Pescado blanco con verduras	24 PATATAS A LO POBRE SALMÓN A LA NARANJA AL HORNO CON ENSALADA DE TOMATE Y QUESO FRUTA DE TEMPORADA PAN INTEGRAL 632KCAL, P:25, HC:62, L:29 Cena: Pavo con verduras
27 ARROZ INTEGRAL CON TOMATE TORTILLA FRANCESA CON ENSALADA DE LECHUGA, REMOLACHA Y MAIZ FRUTA DE TEMPORADA 694KCAL, P:22, HC:76, L:32 Cena: Pescado blanco con verduras	28 JUDÍAS PINTAS BACALAO EN SALSA AL HORNO CON ENSALADA DE COL Y MANZANA FRUTA DE TEMPORADA 637KCAL, P:46, HC:72, L:14 Cena: Pavo con verduras	29 JUDIAS VERDES REHOGADAS SOLOMILLO DE CERDO AL HORNO CON PATATA FRITAS YOGUR PAN INTEGRAL 629KCAL P:33 HC:51 L:31 Cena: Huevo y ensalada	30 CREMA DE CALABACÍN EMPANADA DE ATÚN AL HORNO CON ENSALADA DE TOMATE Y LECHUGA FRUTA DE TEMPORADA 662KCAL, P:19, HC:76, L:29 Cena: Pollo y ensalada	

La anotación de cena es una sugerencia abierta, con el tipo de alimentos para una dieta más equilibrada. Recomendamos siempre consumir como postre una pieza de FRUTA DE TEMPORADA. Bebida, agua y pan diario.
Kcal (Kilocalorías), P (proteínas), HC (Hidratos de Carbono), L (Lípidos).

MENU MENSUAL – ABRIL 2026



SIN HUEVO

Realizado el departamento de nutrición



LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES
		1 FESTIVO	2 FESTIVO	3 FESTIVO
6 NO LECTIVO	7 PASTA CON CHORIZO FILETE DE TERNERA CON QUESO FRUTA DE TEMPORADA 691KCAL P:40 HC:62 L:30 Cena: Pescado blanco y ensalada	8 PURÉ DE CALABAZA MUSLITOS DE POLLO AL HORNO CON TABULÉ FRUTA DE TEMPORADA 646KCAL P:22 HC:80 L:24 Cena: Verdura y cerdo	9 PAELLA VALENCIANA LENGUADO AL HORNO CON ENSALADA DE LECHUGA, TOMATE Y MAIZ YOGUR 643KCAL P:42 HC:58 L:26 Cena: Pavo y ensalada	10 SOPA DE COCIDO COCIDO COMPLETO FRUTA DE TEMPORADA 672KCAL, P:29, HC:80, L:25 Cena: Pescado azul y verdura
13 ARROZ TRES DELICIAS SALCHICHAS CON PISTO FRUTA DE TEMPORADA 655KCAL P:35 HC:70 L:25 Cena: Pescado azul con verduras	14 JUDIAS VERDES CON JAMÓN LIMANDA REBOZADA CON ENSALADA DE LECHUGA Y TOMATE FRUTA DE TEMPORADA 510KCAL P:24 HC:58 L:18 Cena: Ternera y ensalada	15 SOPA DE PESCADO MAGRO CON TOMATE Y PATATAS COCIDAS FRUTA DE TEMPORADA 600KCAL P:35 HC:47 L:23 Cena: Pavo y ensalada	16 LENTEJAS ESTOFADAS MERLUZA EN SALSA VERDE CON ENSALADA DE LECHUGA Y TOMATE YOGUR 656KCAL P:39 HC:52 L:30 Cena: Pollo y ensalada	17 PURÉ DE VERDURAS FILETE DE PAVO EN SALSA A LA PLANCHA CON CUSCÚS FRUTA DE TEMPORADA 655KCAL P:35 HC:89 L:14 Cena: Pescado blanco y ensalada
20 MENESTRA DE VERDURAS CALAMARES A LA ROMANA CON ENSALADA DE TOMATE, LECHUGA Y MAIZ FRUTA DE TEMPORADA 677KCAL, P:32, HC:65, L:30 Cena: Verdura y cerdo	21 SOPA DE COCIDO COCIDO COMPLETO FRUTA DE TEMPORADA 672KCAL, P:29, HC:80, L:25 Cena: Pescado azul y ensalada	22 PURE DE ZANAHORIA POLLO ASADO AL HORNO CON TABULÉ FRUTA DE TEMPORADA PAN INTEGRAL 663KCAL, P:42, HC:69, L:21 Cena: Ternera y ensalada	23 PASTA INTEGRAL CON GAMBAS FILETE DE TERNERA CON ENSALADA LECHUGA Y TOMATE YOGUR 751KCAL P:40 HC:68 L:35 Cena: Pescado blanco con verduras	24 PATATAS A LO POBRE SALMÓN A LA NARANJA AL HORNO CON ENSALADA DE TOMATE Y QUESO FRUTA DE TEMPORADA PAN INTEGRAL 632KCAL, P:25, HC:62, L:29 Cena: Pavo con verduras
27 ARROZ INTEGRAL CON TOMATE PECHUGA DE POLLO CON ENSALADA DE LECHUGA, REMOLACHA Y MAIZ FRUTA DE TEMPORADA 651KCAL, P:33, HC:76, L:22 Cena: Pescado blanco con verduras	28 JUDÍAS PINTAS BACALAO EN SALSA AL HORNO CON ENSALADA DE COL Y MANZANA FRUTA DE TEMPORADA 637KCAL, P:46, HC:72, L:14 Cena: Pavo con verduras	29 JUDIAS VERDES REHOGADAS SOLOMILLO DE CERDO AL HORNO CON PATATA FRITAS YOGUR PAN INTEGRAL 629KCAL P:33 HC:51 L:31 Cena: Arroz y ensalada	30 CREMA DE CALABACÍN EMPANADA DE ATÚN AL HORNO CON ENSALADA DE TOMATE Y LECHUGA FRUTA DE TEMPORADA 662KCAL, P:19, HC:76, L:29 Cena: Pollo y ensalada	

La anotación de cena es una sugerencia abierta, con el tipo de alimentos para una dieta más equilibrada. Recomendamos siempre consumir como postre una pieza de FRUTA DE TEMPORADA. Bebida, agua y pan diario.
Kcal (Kilocalorías), P (proteínas), HC (Hidratos de Carbono), L (Lípidos).