

COLEGIO CALASANZ SEPTIEMBRE 2025

LUNES 8	MARTES 9	MIÉRCOLES 10	JUEVES 11	VIERNES 12
Macarrones con tomate 	Arroz con pollo 	Judía verde con patata  	Garbanzos al estilo casero con calabacín, zanahoria y cebolla 	Puré de brocoli, calabacín y patata   
Croquetas de bacalao con ensalada      	Tortilla de patata con ensalada de lechuga, tomate y maíz    	Salchichas frescas de pollo con salsa de tomate     	Merluza a la romana con ensalada de lechuga y maíz      	Muslo de pollo asado en su jugo con patatas a lo pobre  
Fruta	Fruta	Fruta	Yogur de sabores 	Fruta
<small>Energía: 644 kcal . Lípidos: 32,0 g . Ácidos Grasos Saturados: 8,1 g . Hidratos de carbono: 56,1 g . Azúcares: 19,5 g . Proteínas: 28,5 g . Sal: 3,0 g . - . Valoración calculada según Documento de Consenso sobre la alimentación en los Centros Educativos 2010 para un niño de 9-13 años con recomendaciones de 2.279 Kcal/día.</small>				
LUNES 15	MARTES 16	MIÉRCOLES 17	JUEVES 18	VIERNES 19
Espaguetis napolitana   	Acelgas con patata 	Alubias blancas con verduras (cebolla, zanahoria, calabacín) 	Guisantes con jamón y patatas dado  	Paella mixta (pollo, calamar, cebolla, tomate y pimiento)     
Cabezada de cerdo en salsa española (cebolla, puerro y zanahoria) con pimientos rojos a      	Estofado de pavo en salsa hortelana (zanahoria, guisante, cebolla)    	Bacalao a la romana con ensalada de lechuga y maíz      	Pechuga de pollo a la plancha con ensalada de lechuga, tomate y maíz    	Tortilla de York y queso con rodaja de tomate natural      
Fruta	Fruta	Leche con cacao  	Fruta	Fruta
<small>Energía: 697 kcal . Lípidos: 35,8 g . Ácidos Grasos Saturados: 8,4 g . Hidratos de carbono: 50,1 g . Azúcares: 20,0 g . Proteínas: 39,8 g . Sal: 2,1 g . - . Valoración calculada según Documento de Consenso sobre la alimentación en los Centros Educativos 2010 para un niño de 9-13 años con recomendaciones de 2.279 Kcal/día.</small>				
LUNES 22	MARTES 23	MIÉRCOLES 24	JUEVES 25	VIERNES 26
Lentejas estofadas con zanahoria, ajo y cebolla   	Arroz tres delicias (gambas, jamón dulce y guisantes)    	Tallarines con tomate   	Garbanzos estofados con zanahoria, cebolla y ajo 	Crema de zanahoria
Merluza en salsa verde (ajo, cebolla, perejil)     	Muslo de pollo asado con ensalada de lechuga   	Tortilla de patata y calabacín con ensalada de lechuga y zanahoria     	Croquetas de bacalao con lechuga          	Redondo de ternera en salsa casera con puré de patata      
Fruta	Fruta	Fruta	Yogur de sabores 	Fruta
<small>Energía: 736 kcal . Lípidos: 39,9 g . Ácidos Grasos Saturados: 7,2 g . Hidratos de carbono: 59,1 g . Azúcares: 19,7 g . Proteínas: 28,7 g . Sal: 2,7 g . - . Valoración calculada según Documento de Consenso sobre la alimentación en los Centros Educativos 2010 para un niño de 9-13 años con recomendaciones de 2.279 Kcal/día.</small>				
LUNES 29	MARTES 30	MIÉRCOLES 1	JUEVES 2	VIERNES 3
Macarrones a la napolitana      	Crema de judía verde, patata y zanahoria    			
Merluza rebozada con lechuga      	Pechuga de pollo a la plancha con ensalada de lechuga, tomate y maíz    			
Fruta	Fruta			
<small>Energía: 342 kcal . Lípidos: 137,7 kJ . Ácidos Grasos Saturados: 17,3 g . Hidratos de carbono: 3,0 g . Azúcares: 31,0 g . Proteínas: 8,5 g . Sal: 13,6 g . - . Valoración calculada según Documento de Consenso sobre la alimentación en los Centros Educativos 2010 para un niño de 9-13 años con recomendaciones de 2.279 Kcal/día.</small>				
LUNES 6	MARTES 7	MIÉRCOLES 8	JUEVES 9	VIERNES 10
<small>Energía: . Lípidos: . Ácidos Grasos Saturados: . Hidratos de carbono: . Azúcares: . Proteínas: . Sal: . - . Valoración calculada según Documento de Consenso sobre la alimentación en los Centros Educativos 2010 para un niño de 9-13 años con recomendaciones de 2.279 Kcal/día.</small>				
Los menús incluyen agua y pan o pan integral.		     		

Cumpliendo el RD 1420/2006 todo producto de la pesca para consumo en crudo o prácticamente crudo ha sido previamente congelado.