



Menú mayo 2026

LUNES 4	MARTES 5	MIÉRCOLES 6	JUEVES 57	VIERNES 8
Crema de verduras	Pasta G con tomate y queso L	Arroz 3 delicias M P C	Ensalada de garbanzos LG	Ensalada César L P M C
Pollo asado con ensalada de tomate y zanahoria	Croquetas G de pescado P con ensalada verde BF	Tortilla H de patatas y ensalada verde BF	Lomo de cerdo con arroz y guisantes LG	Pollo al curry L con arroz y brócoli
Fruta	Fruta	Fruta	Fruta	Yogur L

Energía: 817, Proteína: 47, Hidratos de carbono:92, Grasa: 31

LUNES 11	MARTES 12	MIÉRCOLES 13	JUEVES 14	VIERNES 15
Ensalada de lentejas LG	Crema de zanahorias y patatas	Crema de calabaza	Sopa Maravilla G	Crema de legumbres LG
Estofado de ternera con cous cous y rodajas pepino	Abadejo P a la plancha con patatas al horno	Huevo H a la plancha con arroz y crudités	Redondo de cerdo, boniato y ensalada variada BF	Lasaña G L de carne con ensalada
Fruta	Fruta	Fruta	Fruta	Yogur

Energía: 848, Proteína: 53, Hidratos de carbono:115, Grasa: 22

LUNES 18	MARTES 19	MIÉRCOLES 20	JUEVES 21	VIERNES 22
Sopa vegetal	Pasta G con atún P y tomate	Crema de guisantes LG	Ensalada de alubias LG	Crema de calabacín y patatas
Fajita G de pollo con ensalada variada y crudités	Tortilla H francesa con brócoli y tomate	Merluza P al horno con patatas y tomate cherry	Albóndigas de cerdo y pollo, guisantes LG y ensalada	Escalope de pollo con puré de patatas L y ensalada BF
Fruta	Fruta	Fruta	Fruta	Yogur

Energía: 921, Proteína: 51, Hidratos de carbono:110, Grasa: 40

LUNES 25	MARTES 26	MIÉRCOLES 27	JUEVES 28	VIERNES 29
Potaje de lentejas LG	Ensalada griega H L	Crema de verduras de temporada	Pasta G carbonara L	Sopa Maravilla G
Lomo de cerdo a la plancha con ensalada verde BF	Arroz a la cubana con huevo H y bacon	Pollo asado con ensalada de col y tomate	Abadejo P a la plancha, con zanahoria baby	Hamburguesa completa G L patatas fritas y ensalada verde
Fruta	Fruta	Fruta	Fruta	Yogur

Energía: 775, Proteína: 54, Hidratos de carbono:78, Grasa: 30

Alérgenos: C crustáceos
G gluten
H huevo
L leche
LG legumbres
P pescado
M molusco

BF: buffet

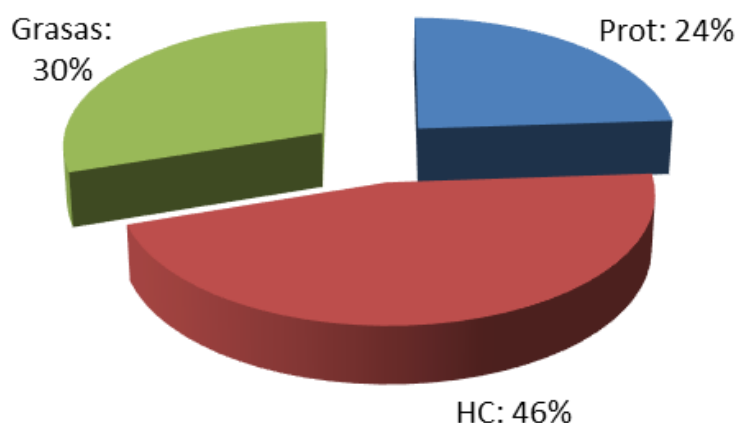
Anexo del menú de mayo 2026

Todos los días el menú incluye agua mineral y pan.

Valores nutricionales medios del menú de la comida:

Energía media 840 kcal: cubren el 30-35%
de las necesidades diarias
Hidratos de carbono medios: 99 g
Proteína media: 49 g Grasa media: 37 g

Origen de la energía



Sugerencias de cena

LUNES 4 DE ABRIL

Revuelto de huevo con espárragos trigueros y rodajas de tomate. Fruta. En otras comidas 500 mL de leche o equivalente al día.

MARTES 5 DE ABRIL

Pechuga de pavo con ensalada de garbanzos. Fruta. En otras comidas 500 mL de leche o equivalente al día.

MIÉRCOLES 6 DE ABRIL

Lomo de cerdo a la plancha con palitos de zanahoria y hummus. Fruta. En otras comidas 500 mL de leche o equivalente al día.

JUEVES 7 DE ABRIL

Tortilla francesa con pimientos asados. Fruta. En otras comidas 500 mL de leche o equivalente al día.

VIERNES 8 DE ABRIL

Salmón a la plancha con ensalada variada. Fruta. En otras comidas 500 mL de leche o equivalente al día.

LUNES 11 DE ABRIL

Boquerones a la andaluza con ensalada de arroz. Flan. En otras comidas 500 mL de leche o equivalente al día.

MARTES 12 DE ABRIL

Muslitos de pollo al horno con tomate en rodajas y aguacate. Fruta. En otras comidas 500 mL de leche o equivalente al día.

MIÉRCOLES 13 DE ABRIL

Lomo de cerdo plancha con escarola, remolacha y tomate. Fruta. En otras comidas 500 mL de leche o equivalente al día.

JUEVES 14 DE ABRIL

Huevos al plato y ensalada variada. Fruta. En otras comidas 500 mL de leche o equivalente al día.

VIERNES 15 DE ABRIL

Calamar a la andaluza y tomate en rodajas. Fruta. En otras comidas 500 mL de leche o equivalente al día.

LUNES 18 DE ABRIL

Merluza romana y puré de patata. Fruta. En otras comidas 500 mL de leche o equivalente al día.

MARTES 19 DE ABRIL

Filete de ternera plancha y ensalada variada. Fruta. En otras comidas 500 mL de leche o equivalente al día.

MIÉRCOLES 20 DE ABRIL

Tortilla francesa y trempó. Fruta. En otras comidas 500 mL de leche o equivalente al día.

JUEVES 21 DE ABRIL

Tallarines con bolognesa de soja texturizada. Fruta. En otras comidas 500 mL de leche o equivalente al día.

VIERNES 22 DE ABRIL

Huevos revueltos con tomate. Fruta. En otras comidas 500 mL de leche o equivalente al día.

LUNES 25 DE ABRIL

Trampó de alubias con palitos de cangrejo. Fruta. En otras comidas 500 mL de leche o equivalente al día.

MARTES 26 DE ABRIL

Pechuga de pollo con salsa de queso y arroz. Fruta. En otras comidas 500 mL de leche o equivalente al día.

MIÉRCOLES 27 DE ABRIL

Hamburguesa vegetal con ensalada de arroz. Fruta. En otras comidas 500 mL de leche o equivalente al día.

JUEVES 28 DE ABRIL

Muslos de pollo al horno y menestra. Fruta. En otras comidas 500 mL de leche o equivalente al día.

VIERNES 29 DE ABRIL

Revuelto de huevo con espárragos trigueros y rodajas de tomate. Fruta. En otras comidas 500 mL de leche o equivalente al día.