

**MENÚ COLEGIOS SEPTIEMBRE 2025**

| LUNES  | MARTES  | MIÉRCOLES   | JUEVES   | VIERNES   |
|--|---|---|--|---|
| <b>8</b><br>Judías c/ huevo 3<br>Pasta boloñesa 1-3<br>Yogur 7                 | <b>9</b><br>Ensalada (lechuga, tomate, maíz, zanahoria, tacos de jamón)<br>Merluza romana c/ patatas 1-3-4<br>Fruta | <b>10</b><br>Croquetas de pollo 1-3-7<br>Lomo al horno c/ arroz<br>Fruta                    | <b>11</b><br>Guisantes c/ jamón<br>Hamburguesa de pollo c/ pasta y orégano 1-3<br>Yogur 7  | <b>12</b><br>Ensalada de alubias, arroz y surimi 2-3-4-6-12<br>Caldereta de pescado c/ mejillones, almejas y verduras 4-12<br>Fruta |
| Hamburguesa de merluza c/ arroz e verduras salteadas                           | Wok de verduras c/ tiras de pavo y quinoa   | Fajita de pollo c/ puerro y pimientos salteados   | Pizza casera c/ tomate, atún y mozzarella  | Ensalada de rúcula, mango, aguacate, huevo cocido y pasas/ Tostada c/ Aove  |
| <b>15</b><br>Mini empanadillas 1-3-4<br>Pollo plancha c/ arroz<br>Fruta        | <b>16</b><br>Pasta c/ queso 1-3-7<br>Pescado romana c/ lechuga, tomate y zanahoria 1-3-4<br>Yogur 7                 | <b>17</b><br>Judías rehogadas<br>Tortilla c/ ensalada mixta 3<br>Fruta                      | <b>18</b><br>Ensalada de garbanzos c/ pimiento, cebolla y palitos de cangrejo 2-3-4-6-12<br>Merluza plancha c/ patatas 4ç<br>Yogur 7 | <b>19</b><br>Sopa de verduras 1-3<br>Paella de carne y marisco 2-12<br>Fruta  |
| Pisto de verduras c/ pataca y huevo escalfado                                  | Albóndigas de garbanzos c/ tomate y pimiento asado  | Revuelto de setas y ajos tiernos y tosta de pan c/ aove                                     | Espirales de calabacín c/ cherrys y langostinos  | Calabaza, zanahoria y remolacha al horno c/ burrata/ Pan integral   |
| <b>22</b><br>Crema de zanahorias<br>Merluza romana c/ patatas 1-3-4<br>Yogur 7 | <b>23</b><br>Hélices vegetales c/ maíz, olivas y zanahoria 1-3<br>Milanesa de lomo c/ verduras 1-3<br>Fruta         | <b>24</b><br>Lentejas vegetales 1<br>Pollo al horno c/ lechuga, tomate y cebolla<br>Yogur 7 | <b>25</b><br>Pizza 3 quesos 1-3-7<br>Guiso de abadejo c/ verduras y patata 4<br>Fruta  | <b>26</b><br>Judías c/ huevo 3<br>Lasaña de carne 1-3-7<br>Fruta  |
| Guisantes c/ jamón y arroz   | Fajita de pavo c/ sofrito de tomate y cebolla   | Poke de brotes, tomate, aguacate, cuscús y salmón   | Ensalada de espárragos, pimientos de piquillo y atún/ Tostada c/ AOVE  | Wok de noodles con verduras y pollo   |
| <b>29</b><br>Crema de brócoli<br>Carne c/ patatas y verduras<br>Fruta          | <b>30</b><br>Ensalada (lechuga, tomate, soja, maíz) 6<br>Pasta c/ atún y tomate 1-3-4<br>Yogur 7                    |   |  |   |
| Ensalada de lentillas c/ pimiento, tomate, queso feta y olivas negras          | Tortilla de bacalao , pimiento verde y cebolla/ pan c/ aove   |   |  |   |



CONTIENE  
GLUTEN



CRUSTÁCEOS



HUEVOS



PESCADO



CACAHUETES



SOJA



LACTEOS



FRUTOS  
DE CÁSCARA



APIO



MOSTAZA



GRANOS  
DE SÉSAMO



MOLUSCO



ALTRAMUCES



SULFITOS