

# C. ARCADIA-INFANTIL-1,2-3 PRIMARIA

Septiembre - 2021

LUNES

MARTES

MIÉRCOLES

JUEVES

VIERNES

□

□

□

□

□

□

7

800 Kcal. P.: 11 HC.: 44 L.: 43 G.: 9

MACARRONES CON CHORIZO  
CROQUETAS ARTESANAS DE JAMÓN  
LECHUGA Y OLIVAS  
YOGUR

8

784 Kcal. P.: 25 HC.: 27 L.: 46 G.: 11

CREMA DE ZANAHORIAS CON ACEITE DE ALBAHACA  
POLLO ASADO CON PIÑA  
PATATA COCIDA  
FRUTA

9

686 Kcal. P.: 25 HC.: 31 L.: 41 G.: 10

TABULE DE GARBANZOS CON COUS  
COUS, TOMATE Y ACEITUNAS NEGRAS  
LOMO ADOBADO A LA PLANCHA  
ENSALADA MIXTA  
YOGUR

10

824 Kcal. P.: 16 HC.: 44 L.: 39 G.: 7

PAELLA MIXTA  
BOQUERON ANDALUZA (ENHARINADO Y FRITO)  
TOMATE CON ORÉGANO  
ZUMO DE NARANJA NATURAL

13

667 Kcal. P.: 17 HC.: 31 L.: 50 G.: 16

CREMA DE PUERROS Y CALABACIN  
ALBÓNDIGAS A LA JARDINERA  
PATATAS DADO  
YOGUR

14

696 Kcal. P.: 17 HC.: 51 L.: 30 G.: 5

ARROZ TRES DELICIAS  
MERLUZA A LA VASCA CON GUISANTES  
LECHUGA, TOMATE Y OLIVAS  
FRUTA

15

667 Kcal. P.: 17 HC.: 48 L.: 33 G.: 6

**JORNADA DE JAPÓN**  
TALLARINES YAKISOBA AL ESTILO JAPONÉS  
YAKITORI DE POLLO  
VERDURAS SALTEADAS Y SOJA  
MELOCOTÓN EN ALMÍBAR

16

690 Kcal. P.: 19 HC.: 36 L.: 39 G.: 11

ALUBIAS BLANCAS ESTOFADAS  
HUEVOS ROTOS CLASICOS, PATATAS Y JAMON SERRANO  
LECHUGA Y JUDIA BROTE  
HELADO

17

717 Kcal. P.: 17 HC.: 47 L.: 33 G.: 5

ENSALADA DE PASTA  
FILETE DE ABADEJO AL HORNO  
ENSALADA CON ACEITUNAS  
FRUTA

20

634 Kcal. P.: 18 HC.: 30 L.: 49 G.: 14

JUDÍAS VERDES CON TOMATE  
HAMBURGUESA DE TERNERA CON QUESO  
PATATAS FRITAS  
FRUTA

21

593 Kcal. P.: 26 HC.: 39 L.: 31 G.: 7

LENTEJAS GUIADAS CON ZANAHORIA  
MERLUZA AL CHILINDRÓN  
ENSALADA TROPICAL  
YOGUR

22

751 Kcal. P.: 14 HC.: 49 L.: 35 G.: 7

MACARRONES CON CREAMOSA DE ALBAHACA  
HUEVO REVUELTO CON VERDURAS SALTEADAS  
TOMATE Y ZANAHORIA  
FRUTA

23

736 Kcal. P.: 20 HC.: 49 L.: 28 G.: 10

SOPA DE COCIDO  
COCIDO COMPLETO CON GARBANZOS, MORCILLO, POLLO, PATATA Y REPOLLO  
YOGUR

24

1.119 Kcal. P.: 16 HC.: 55 L.: 29 G.: 5

ARROZ EN PAELLA CON VERDURAS  
PALOMETA CON AJITOS Y CEBOLLA EN SALSA DE TOMATE  
LECHUGA Y REMOLACHA  
BIZCOCHO CASERO

27

782 Kcal. P.: 19 HC.: 38 L.: 41 G.: 10

TALLARINES A LA CARBONARA (CON CREMA DE LECHE Y BACON)  
ABADEJO EN ADOBO  
ENSALADA MIXTA  
YOGUR

28

626 Kcal. P.: 23 HC.: 38 L.: 36 G.: 7

BRÓCOLI AL ACEITE DE CURRY  
RAGOUT DE TERNERA  
ARROZ BLANCO SALTEADO CON AJO Y PEREJIL  
FRUTA

29

694 Kcal. P.: 20 HC.: 32 L.: 47 G.: 9

CREMA DE VERDURAS CON CRUJIENTE DE JAMÓN (ACELGA, CALABACÍN, PUERRO, ZANAHORIA)  
ESCALOPINES DE POLLO EMPANADOS  
TOMATE ALIÑADO  
YOGUR

30

587 Kcal. P.: 19 HC.: 37 L.: 37 G.: 7

ALUBIAS BLANCAS ESTOFADAS  
TORTILLA DE CHAMPIÑONES Y SETAS  
ENSALADA CON ACEITUNAS  
FRUTA

□



NOTAS: **Leyenda:** Kcal.: Kiloenergías (Energía) / P: Proteínas / H: Hidratos de Carbono / L: Lípidos / G: ácidos Grasos saturados. Valores de nutrientes expresados en % sobre energía total. Aportes calóricos teóricos calculados para niños/as de 6 a 9 años. Nuestros menús incluyen PAN BLANCO E INTEGRAL y la bebida será AGUA.

¡Te damos la bienvenida  
a nuestro comedor  
escolar seguro!

Comienza  
con un buen  
**DESAYUNO**



Pan, cereales o  
derivados



Leche o  
derivados



Fruta fresca  
y hortalizas



Si hemos comido:	Podemos cenar:
Cereales, féculas o legumbres	Hortalizas crudas o legumbres cocidas
Verduras	Cereales o féculas
Carne	Pescado o huevo
Pescado	Carne magra o huevo
Huevo	Pescado o carne magra
Fruta	Lácteos o fruta
Lácteos	Fruta

**LOS GUARDIANES DE LA SALUD**



1 Estamos preparados para garantizar la Seguridad de los niños y niñas en el aula-comedor.

2

Desarrollamos e implantamos nuestros Protocolos de Seguridad y Prevención, verificados por Bureau Veritas Certification.



3

El bienestar de todas las familias es nuestra prioridad.

Notas:

[Empty dashed box for notes]

Empresa adherida al PLAN de colaboración para la mejora de la composición de los alimentos y bebidas y otras medidas 2020  
En caso de alergias o intolerancias procurar mantener una buena alimentación sustituyendo los alimentos no tolerados por otros dentro de la misma familia.

Nuestra empresa somete a congelación el pescado que vaya a ser consumido crudo o poco hecho, según establece el RD 1420/2006. Según lo establecido en el RE 1169/2011, la cocina dispone de información sobre el contenido en alérgenos de los menús elaborados.

