



CEIP Menú GENERAL mes de abril de 2025

Los menús van acompañados de pan moreno o integral y agua. La cocina utiliza aceite de oliva y aceite de girasol alto oleico para cocinar y aceite de oliva virgen extra para aliñar

Las frutas del mes de abril son: mandarina, manzana, naranja, pera y plátano.

Las hortalizas de temporada del abril son: alls tendres, acelgas, alcachofas, brócoli, calabaza, col, coliflor, escarola, espinaca, puerro y zanahoria.

El yogur natural se servirá con azúcar o sin azúcar a petición del centro educativo. El yogur natural azucarado contiene < 12,3g azúcares/ 100g

1	2	3	4	
ESPAGUETIS INTEGRALES A LA CARBONARA (1,3,6,7)	ARROZ INTEGRAL CON SALSAS DE TOMATE CASERA	LENTEJAS ESTOFADAS CON VERDURAS (1)	SOPA DE CALDO DE VERDURAS (1,3,9)	
MERLUZA A LA PLANCHA CON PICADA (ajo, perejil, limón) (4)	TORTILLA A LA FRANCESA (3)	PAVO CON SALSAS CAZADORA (cebolla, champiñones)	LIMANDA A LA MILANESA (huevo, pan rallado, ajo y perejil) (1,3,4)	
ENSALADA CON ACEITUNAS (lechuga, iceberg, tomate)	ENSALADA CON MAÍZ (iceberg, canónigos, tomate, zanahoria)	PATATAS ASADAS	TOMATE ALIÑADO CON ALBAHACA	
FRUTA DE TEMPORADA Sugerencia de cena: Cuscús salteado con verduras y garbanzos / Fruta	YOGUR NATURAL (7) Sugerencia de cena: Salmón a la plancha con patata y verduras / Fruta	FRUTA DE TEMPORADA Sugerencia de cena: Ensalada variada y raolas de verduras / Fruta	FRUTA DE TEMPORADA Sugerencia de cena: Crema de verduras y pizza variada / Fruta	
7	8	9	10	11
SOPA DE CALDO DE CARNE (1,3,9)	"ARRÒS BRUT"	CREMA DE ZANAHORIA (cebolla, puerro, zanahoria, patata) Y ALUBIAS	ESTOFADO DE GARBANZOS CON VERDURAS	ESPIRALES AL PESTO (1,3,7,8)
ESCALOPE CASERO DE POLLO (1,3)	LIMANDA A LA ANDALUZA (1,4)	LOMO ASADO	PECHUGA DE POLLO AL HORNO CON CEBOLLA	TORTILLA A LA FRANCESA (3)
ENSALADA CON SÈSAMO (lechuga, zanahoria, tomate cherry) (11)	BRÓCOLI Y ZANAHORIA	CEBOLLA Y PATATA ASADA	ENSALADA GRIEGA (tomate, pepino, cebolla morada, aceitunas negras, queso) (7)	TOMATE ALIÑADO CON ACEITUNAS
FRUTA DE TEMPORADA Sugerencia de cena: Quínoa salteada con verduras / Fruta	FRUTA DE TEMPORADA Sugerencia de cena: Sopa de pasta y tortilla a la francesa con ensalada / Fruta	YOGUR NATURAL (7) Sugerencia de cena: Ensalada y merluza con arroz cocido / Fruta	FRUTA DE TEMPORADA Sugerencia de cena: Crema de verduras y huevos con patatas / Fruta	FRUTA DE TEMPORADA Sugerencia de cena: Quesadillas variadas / Fruta
14	15	16	17	18
ARROZ DE PESCADO (2,4,9,14)	LENTEJAS ESTOFADAS CON VERDURAS (1)	MACARRONES INTEGRALES A LA NAPOLITANA (1,3)	Festivo	
TORTILLA DE PATATA Y CEBOLLA (3)	LOMO DE CERDO A LA PLANCHA	SALMÓN AL HORNO (4)		
ENSALADA CON CROSTONES (lechugas variadas, tomate, zanahoria) (1)	PATATAS FRITAS	ENSALADA CON CANÓNIGOS (iceberg, canónigos, cebolla morada, tomate cherry)		
FRUTA DE TEMPORADA Sugerencia de cena: Merluza al horno con verduras y patata / Fruta	FRUTA DE TEMPORADA Sugerencia de cena: Ensalada y tortilla a la francesa con pan / Fruta	FRUTA DE TEMPORADA Sugerencia de cena: Coca de verduras / Fruta	Festivo	
28	29	30	La cuota se abonará del 1 al 5 de cada mes	
LENTEJAS ESTOFADAS CON VERDURAS (1)	FIDEOS CALDOSOS DE CARNE Y VERDURAS (1,3,9)	CREMA DE ACELGAS Y CALABAZA CON CROSTONES (1)		
CROQUETAS DE POLLO (1,3,6,7,9,10,11)	TORTILLA DE PATATA Y CEBOLLA (3)	PALOMETA AL HORNO CON SALSAS DE TOMATE (4)		
ENSALADA CON ACEITUNAS (lechuga, iceberg, tomate)	TOMATE ALIÑADO CON ALBAHACA	ARROZ CON VERDURAS (guisantes, zanahoria)		
FRUTA DE TEMPORADA Sugerencia de cena: Puré de calabaza y tortilla con champiñones / Fruta	FRUTA DE TEMPORADA Sugerencia de cena: Cuscús con verduras salteadas / Fruta	FRUTA DE TEMPORADA Sugerencia de cena: Ensalada y raolas de verduras / Fruta		

Alérgenos de declaración obligatoria

1: Gluten 2: Crustáceos 3: Huevo 4: Pescado 5: Cacahuets 6: Soja 7: Leche 8: Frutos secos de cáscara 9: Apio 10: Mostaza 11: Sésamo 12: Sulfitos 13: Altramuces 14: Moluscos