

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

Las frutas del mes son: mandarina, manzana, naranja, pera, plátano. Las hortalizas del mes son: acelgas, brócoli, calabaza, coliflor, col, escarola, espinacas, ajos tiernos, lechuga, boniato, tomate, zanahoria.

1 vez a la semana la fruta es de producción ecológica. Las hortalizas de los purés son de producción local y ecológica. Las legumbres son secas.

La merluza es de pesca sostenible certificada. Los productos de bienestar animal son la pechuga de pollo y el lomo de cerdo.

El yogur es natural. Con azúcar o sin azúcar a demanda del centro. El yogur con azúcar contiene menos de 12,3g / 100ml.

2	3	4	5	6
Macarrones integrales Gratinats (1,3,7)	Guiso de Alubias blancas con Verduras (cebolla, zanahoria, calabaza)	"Arroz Brut" (arroz integral)	Crema de Coliflor	Garbanzos salteados con Verduras (cebolla, pimiento, zanahoria) y Cuscús (1)
Tortilla a la Francesa (3)	Lomo al horno	Merluza con Salsa Marinera (2,4,14)	Pavo a la plancha	Limanda a la Milanesa (ajo, perejil, huevo harina) (1,3,4)
Ensalada con Pipas (romana, canónigos, tomate, zanahoria)	Patatas fritas	Ensalada con Crostones (lechuga, tomate, escarola, zanahoria) (1)	Patata y Verduras (cebolla, tomate, calabaza, zanahoria)	Tomate aliñado con Aceitunas Verdes
Fruta de Temporada	Yogur Natural (7)	Fruta de Temporada	Fruta de Temporada	Fruta de Temporada
Suggeriment de sopar: Guiso de lentejas con verduras y cuscús / Fruta	Suggeriment de sopar: Sopa con verduras y huevo cocido con Ensalada / Fruta	Suggeriment de sopar: Espirales de legumbres con champiñones / Fruta	Suggeriment de sopar: Ensalada variada y Tortilla de patata y cebolla / Fruta	Suggeriment de sopar: Tortillas mexicanas de pollo y verduras / Fruta
9	10	11	12	13
Crema de Zanahoria (zanahoria, cebolla, puerro, patata)	Tallarines integrales Aglio e Olio (1,3)	Crema de Espinacas y Alubias blancas	Lentejas estofadas con Verduras (cebolla, zanahoria, espinacas) (1)	Arroz integral con Salsa de Tomate
Muslitos de Pollo al horno	Gallineta con rebozado casero (1,3,4)	Albóndigas de elaboración propia (magre y morcillo) (1)	Salmón al horno con Salsa de Naranja (4)	Tortilla de Patata (3)
Ensalada Griega (lechuga, aceitunas negras, orégano, queso tierno) (7)	Tomate aliñado con Orégano	Verduras (cebolla, puerro, tomate, zanahoria) y Patata	Patata hervida	Ensalada Variada (lechuga, escarola, tomate cherry, zanahoria)
Fruta de Temporada	Fruta de Temporada	Yogur Natural (7)	Fruta de Temporada	Fruta de Temporada
Suggeriment de sopar: Revuelto de huevo con champiñones y tomate / Fruta	Suggeriment de sopar: Cuscús con verduras y garbanzos / Fruta	Suggeriment de sopar: Sopa de pasta y Tortilla a la francesa con ensalada / Fruta	Suggeriment de sopar: Puré de verduras y lomo con boniato / Fruta	Suggeriment de sopar: Coca de verduras con bacalao / Fruta
16	17	18	19	20
Paella de Verduras (guisantes, judía verde) (9)	Guiso de Alubias blancas con Verduras (cebolla, zanahoria y calabaza)	Crema de Carabassa con Crostones (1)	Guiso de Garbanzos con Verduras (cebolla, zanahoria, acelgas, calabaza)	Sopa de Caldo de Carne con Fideví integral (1,3,9)
Medallón de Merluza con Salsa Verde (1,2,4,14)	Pollo a la plancha	Bacalao enharinado casero (1,4)	Pavo con Salsa de Verduras (cebolla, zanahoria)	Tortilla de Patata y Cebolla (3)
Ensalada de Espinacas (iceberg, espinacas, zanahoria, maíz)	Tomate aliñado con Albahaca	Ensalada con Brotes (iceberg, escarola, tomate, zanahoria, soja) (6)	Arroz cocido	Brócoli y Zanahoria con Sésamo (11)
Fruta de Temporada	Fruta de Temporada	Fruta de Temporada	Fruta de Temporada	Yogur Natural (7)
Suggeriment de sopar: Espirales de legumbre con verduras / Fruta	Suggeriment de sopar: Sopa de pasta y Tortilla con champiñones / Fruta	Suggeriment de sopar: Pisto de verduras con queso de cabra y pan / Fruta	Suggeriment de sopar: Ensalada y salmón a la plancha con cuscús / Fruta	Suggeriment de sopar: Quesadillas mexicanas variadas / Fruta
23	24	25	26	27
Arroz de Pescado (2,4,14) (arroz integral)	Crema de Verduras con Crostones (1)	Lentejas estofadas con Verduras (cebolla, zanahoria, espinacas) (1)	Burballes Mallorquinas (cebolla, tomate, coliflor) (1,3)	
Pechuga de Pollo a la plancha	Llampuga con rebozado casero (1,3,4)	Pavo al horno con Romaní	Tortilla a la Francesa (3)	Fiesta escolar unificada
Ensalada con Maíz (iceberg, hoja de roble, escarola, tomate)	Brócoli y Zanahoria	Ensalada con Aceitunas (romana, canónigos, zanahoria)	Ensalada Caprese (tomate, albahaca, formatge) (7)	
Fruta de Temporada	Yogur Natural (7)	Fruta de Temporada	Fruta de Temporada	
Suggeriment de sopar: Lentejas con verduras y patata / Fruta	Suggeriment de sopar: Ensalada variada y Tortilla de patata / Fruta	Suggeriment de sopar: Merluza a la plancha con patata, brócoli y zanahoria / Fruta	Suggeriment de sopar: Crema de verduras y quiche variada / Fruta	

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