

C. JUAN PABLO II - Infantil

Enero - 2025

LUNES

MARTES

MIÉRCOLES

JUEVES

VIERNES

1

2

3

4

5

FESTIVO

NO LECTIVO

NO LECTIVO

6

7

8

9

10

FESTIVO

NO LECTIVO

725 Kcal. P.: 18 HC.: 31 L.: 49 G.: 10

632 Kcal. P.: 18 HC.: 51 L.: 26 G.: 5

666 Kcal. P.: 19 HC.: 51 L.: 28 G.: 6

CREMA DE ZANAHORIAS
CREAM OF CARROTS SOUP

POLLO ASADO
ROAST CHICKEN

PATATAS FRITAS
FRENCH FRIES

FRUTA
FRUIT

SOPA DE COCIDO
TRADITIONAL SPANISH 'COCIDO' STEW WITH CHICKEN
AND VEGETABLES

COCIDO COMPLETO CON GARBANZOS, POLLO,
PATATAS Y MORCILLO
CHICKPEAS, CHICKEN, POTATO & BEEF STEW

REPOLLO
CABBAGE

FRUTA
FRUIT

ARROZ CON VERDURAS DE LA HUERTA
VEGETABLES RICE

ABADEJO EN ADOBO
MARINATED FISH

LECHUGA Y BROTES
LETTUCE AND MUNG'S

YOGUR
YOGHURT

13

634 Kcal. P.: 17 HC.: 33 L.: 47 G.: 8

JUÍAS VERDES CON PATATAS
GREEN BEANS WITH POTATOES

FILETE DE POLLO EMPANADO
BREADED CHICKEN STEAK

ENSALADA VERDE
GREEN SALAD

FRUTA
FRUIT

14

664 Kcal. P.: 20 HC.: 42 L.: 36 G.: 10

MAC&CHEESE (MACARRONES CON QUESO)
MAC&CHEESE (MACARONI AND CHEESE)

FILETE DE MERLUZA AL HORNO
BAKED HAKE FILLET

ENSALADA DE TOMATE
TOMATO SALAD

YOGUR
YOGHURT

15

592 Kcal. P.: 9 HC.: 33 L.: 55 G.: 9

COLIFLOR AL AJO ARRIERO
CAULIFLOWER WITH GARLIC

HUEVOS FRITOS
BAKED HAKE FILLET

PATATAS FRITAS
FRENCH FRIES

FRUTA
FRUIT

16

529 Kcal. P.: 16 HC.: 42 L.: 40 G.: 13

SOPA DE LETRAS
PASTA LETTER SOUP

SECRETO DE CERDO AL HORNO
GRILLED PORK SECRET

PURÉ DE MANZANA
APPLE SAUCE

FRUTA
FRUIT

17

766 Kcal. P.: 21 HC.: 32 L.: 44 G.: 9

LENTEJAS GUIADAS CON ZANAHORIA
LENTIL AND CARROT STEW

BOQUERONES A LA ANDALUZA
ANDALUSIAN-STYLE ANCHOVIES

LECHUGA Y CEBOLLA
LETTUCE AND ONION

ENSALADA DE LECHUGA Y TOMATE
LETTUCE AND TOMATO SALAD

YOGUR
YOGHURT

20

576 Kcal. P.: 12 HC.: 42 L.: 43 G.: 9

CREMA DE ZANAHORIAS
CREAM OF CARROTS SOUP

TORTILLA DE CALABACÍN
COURGETTE OMELETTE

LECHUGA Y TOMATE
LETTUCE AND TOMATO

FRUTA
FRUIT

21

736 Kcal. P.: 14 HC.: 40 L.: 40 G.: 8

ALUBIAS BLANCAS ESTOFADAS
HARICOT BEANS STEW

CROQUETAS DE JAMÓN
HAM CROQUETTES

ENSALADA DE ZANAHORIAS
CARROT SALAD

YOGUR
YOGHURT

22

734 Kcal. P.: 16 HC.: 45 L.: 36 G.: 8

ARROZ PILAF MEDITERRANEO
MEDITERRANEAN STYLE PILAF RICE

POLLO AL HORNO CON SALSA GRIEGA
CHICKEN IN GREEK SAUCE

LECHUGA Y REMOLACHA
LETTUCE AND BEETROOT

FRUTA
FRUIT

23

632 Kcal. P.: 18 HC.: 51 L.: 26 G.: 5

SOPA DE COCIDO
TRADITIONAL SPANISH 'COCIDO' STEW WITH CHICKEN
AND VEGETABLES

COCIDO COMPLETO CON GARBANZOS, POLLO,
PATATAS Y MORCILLO
CHICKPEAS, CHICKEN, POTATO & BEEF STEW

REPOLLO
CABBAGE

FRUTA
FRUIT

24

614 Kcal. P.: 18 HC.: 31 L.: 49 G.: 10

VERDURA TRICOLOR (BRÓCOLI, ZANAHORIA, PATATA)
TRICOLOR VEGETABLES (BROCCOLI, CARROT AND
POTATO)

FILETE DE MERLUZA ROMANA
BATTERED HAKE FILLET

LECHUGA Y MAÍZ
LETTUCE AND SWEETCORN

YOGUR
YOGHURT

27

815 Kcal. P.: 18 HC.: 42 L.: 38 G.: 6

ESPAGUETIS A LA NAPOLITANA CON TOMATE
SPAGHETTI NAPOLITANA

SALMÓN SOBRE GUIJO DE VERDURAS ATOMATADAS
Y ACEITE DE PEREJIL
SALMON OVER VEGETABLE STEW WITH TOMATO AND
PARSLEY OIL

FRUTA
FRUIT

28

580 Kcal. P.: 20 HC.: 34 L.: 44 G.: 10

CREMA DE GUISANTES CON PICATOSTES
CREAM OF GREEN PEAS SOUP WITH CROUTONS

POLLO ASADO AL ESTILO CAJUN
CAJUN ROASTED CHICKEN

ENSALADA VERDE
GREEN SALAD

FRUTA
FRUIT

29

709 Kcal. P.: 15 HC.: 27 L.: 56 G.: 15

BRÓCOLI CON PATATAS Y ZANAHORIA
BROCCOLI WITH POTATOES AND CARROTS

HAMBURGUESA MIXTA AL HORNO
BAKED MIXED BURGER

PATATAS FRITAS
FRENCH FRIES

YOGUR
YOGHURT

30

569 Kcal. P.: 26 HC.: 44 L.: 25 G.: 4

LENTEJAS GUIADAS CON ZANAHORIA
LENTIL AND CARROT STEW

FILETE DE BACALAO AL HORNO
BAKED COD FILLET

LECHUGA Y CEBOLLA
LETTUCE AND ONION

FRUTA
FRUIT

31

627 Kcal. P.: 12 HC.: 42 L.: 43 G.: 9

CREMA DE VERDURAS CON COSTRONES DE PAN
CREAM OF VEGETABLE SOUP WITH CROUTONS

TORTILLA DE PATATA
SPANISH OMELETTE

TOMATE Y OLIVAS
TOMATO AND OLIVES

FRUTA
FRUIT

aprende
acomer
sano.org



FISH
REVOLUTION



NOTAS: **Leyenda:** Kcal.: Kilocalorías (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.