

# C. JUAN PABLO II - Infantil

Marzo - 2025

LUNES

MARTES

MIÉRCOLES

JUEVES

VIERNES

3

**NO LECTIVO**

4

590 Kcal. P.: 12 HC.: 26 L.: 60 G.: 12

**COLIFLOR AL AJO ARRIERO**  
CAULIFLOWER WITH GARLIC  
**HUEVOS FRITOS**  
FRIED EGGS  
**PATATAS FRITAS**  
FRENCH FRIES  
**YOGUR**  
YOGHURT

5

613 Kcal. P.: 16 HC.: 53 L.: 28 G.: 4

**MIÉRCOLES DE CENIZA**

**ESPAGUETIS CON TOMATE**  
SPAGHETTI WITH TOMATO SAUCE  
**FILETE DE MERLUZA A LA MUSELINA DE AJO**  
HAKE FILLET WITH GARLIC MOUSSELINE  
**LECHUGA Y MAÍZ**  
LETTUCE AND SWEETCORN  
**FRUTA**  
FRUIT

6

618 Kcal. P.: 19 HC.: 52 L.: 25 G.: 4

**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

7

422 Kcal. P.: 24 HC.: 29 L.: 45 G.: 10

**CREMA DE CALABACÍN**  
CREAM OF COURGETTE SOUP  
**GALLO SAN PEDRO AL HORNO**  
ROASTED FISH  
**ENSALADA VERDE**  
GREEN SALAD  
**YOGUR**  
YOGHURT

10

727 Kcal. P.: 16 HC.: 43 L.: 36 G.: 7

**LENTEJAS CON CALABAZA**  
LENTILS WITH PUMPKIN  
**TORTILLA DE PATATA**  
SPANISH OMELETTE  
**LECHUGA Y TOMATE**  
LETTUCE AND TOMATO  
**FRUTA**  
FRUIT

11

794 Kcal. P.: 16 HC.: 44 L.: 39 G.: 9

**ARROZ CON TOMATE**  
RICE WITH TOMATO SAUCE  
**BOQUERÓN ANDALUZA (ENHARINADO Y FRITO)**  
ANDALUSIAN STYLE ANCHOVY  
**LECHUGA Y ZANAHORIA RALLADA**  
LETTUCE AND SHREDDED CARROT  
**YOGUR**  
YOGHURT

12

564 Kcal. P.: 20 HC.: 32 L.: 46 G.: 11

**CREMA DE ZANAHORIAS**  
CREAM OF CARROTS SOUP  
**POLLO ASADO AL ESTILO CAJUN**  
CAJUN ROASTED CHICKEN  
**LECHUGA Y MAÍZ**  
LETTUCE AND SWEETCORN  
**FRUTA**  
FRUIT

13

701 Kcal. P.: 18 HC.: 40 L.: 36 G.: 11

**POTAJE DE ALUBIAS BLANCAS**  
WHITE BEAN STEW  
**ALBÓNDIGAS CON GUISANTES, ZANAHORIA Y PATATAS CUADRO**  
MEATBALLS WITH PEAS, CARROTS AND DICED POTATOES  
**FRUTA**  
FRUIT

14

794 Kcal. P.: 21 HC.: 38 L.: 40 G.: 9

**MACARRONES (INTEGRALES) CON SALSA DE CALABAZA Y QUESO**  
PASTA (INTEGRAL) WITH PUMPKIN AND CHEESE SAUCE  
**SALMÓN AL LIMÓN**  
SALMON IN LEMON SAUCE  
**LECHUGA Y PEPINO**  
LETTUCE AND CUCUMBER  
**YOGUR**  
YOGHURT

17

731 Kcal. P.: 19 HC.: 29 L.: 49 G.: 10

**JUDÍAS VERDES CON TOMATE**  
GREEN BEANS WITH TOMATO SAUCE  
**POLLO ASADO**  
ROAST CHICKEN  
**PATATAS FRITAS**  
FRENCH FRIES  
**FRUTA**  
FRUIT

18

553 Kcal. P.: 20 HC.: 30 L.: 49 G.: 9

**CREMA DE CALABAZA**  
CREAM OF PUMPKIN SOUP  
**ABADEJO A LA ANDALUZA**  
ANDALUSIAN STYLE FISH  
**ENSALADA DE LECHUGA, TOMATE Y CEBOLLA**  
LETTUCE, ONION AND TOMATO SALAD  
**YOGUR**  
YOGHURT

19

547 Kcal. P.: 17 HC.: 38 L.: 42 G.: 12

**VERDURA TRICOLOR (BRÓCOLI, ZANAHORIA, PATATA)**  
TRICOLOR VEGETABLES (BROCCOLI, CARROT AND POTATO)  
**SECRETO DE CERDO AL HORNO**  
GRILLED PORK SECRET  
**PURÉ DE PATATAS**  
MASHED POTATOES  
**FRUTA**  
FRUIT

20

618 Kcal. P.: 19 HC.: 52 L.: 25 G.: 4

**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

21

675 Kcal. P.: 15 HC.: 44 L.: 40 G.: 9

**ARROZ PILAF MEDITERRANEO**  
MEDITERRANEAN STYLE PILAF RICE  
**TORTILLA DE ATÚN**  
TUNA OMELETTE  
**TOMATE Y ZANAHORIA**  
TOMATO AND CARROT  
**YOGUR**  
YOGHURT

24

686 Kcal. P.: 23 HC.: 37 L.: 35 G.: 6

**LENTEJAS A LA JARDINERA**  
VEGETABLE LENTILS  
**SALMÓN AL HORNO**  
BAKED SALMON  
**LECHUGA Y MAÍZ**  
LETTUCE AND SWEETCORN  
**FRUTA**  
FRUIT

25

625 Kcal. P.: 13 HC.: 28 L.: 57 G.: 11

**BRÓCOLI CON PATATAS Y ZANAHORIA**  
BROCCOLI WITH POTATOES AND CARROTS  
**HUEVOS FRITOS**  
FRIED EGGS  
**PATATAS FRITAS**  
FRENCH FRIES  
**YOGUR**  
YOGHURT

26

379 Kcal. P.: 12 HC.: 57 L.: 27 G.: 7

**CREMA DE VERDURAS**  
VEGETABLE CREAM  
**LASAÑA DE CARNE**  
MEAT LASAGNA  
**FRUTA**  
FRUIT

27

636 Kcal. P.: 20 HC.: 26 L.: 51 G.: 11

**JUDÍAS VERDES CON ACEITE DE ROMERO**  
GREEN BEANS WITH ROSEMARY OIL  
**POLLO AL AJILLO**  
GARLIC CHICKEN  
**TOMATE Y ZANAHORIA**  
TOMATO AND CARROT  
**FRUTA**  
FRUIT

28

775 Kcal. P.: 15 HC.: 45 L.: 39 G.: 8

**ARROZ TRES DELICIAS (CON GUISANTES, MAÍZ Y ZANAHORIA)**  
CHINESE RICE (CARROT, SWEETCORN AND PEAS)  
**FILETE DE MERLUZA ROMANA**  
BATTERED HAKE FILLET  
**ENSALADA VERDE**  
GREEN SALAD  
**YOGUR**  
YOGHURT

31

629 Kcal. P.: 17 HC.: 34 L.: 47 G.: 8

**CREMA DE PUERRO, CEBOLLA Y PATATA**  
CREAM OF LEEK, ONION AND POTATO SOUP  
**FILETE DE POLLO EMPANADO**  
BREADED CHICKEN STEAK  
**LECHUGA, MAÍZ Y COL LOMBARDA**  
LETTUCE, CORN AND RED CABBAGE  
**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.