

CPEIP LA HIGUERITA

MENÚ BASAL

1º trimestre – 2025-26

LUNES

MARTES

MIÉRCOLES

JUEVES

VIERNES

8/9-6/10-3/11-1/12-29/12

CREMA DE TEMPORADA
ARROZ AL ESTILO DE LA ABUELA (POLLO, CERDO, TERNERA)
TOMATES ALIÑADOS
FRUTA NATURAL

9/9-7/10-4/11-2/12-30/12

LENTEJAS ESTOFADAS
TORTILLA ESPAÑOLA AL HORNO
ENSALADA ITALIANA
FRUTA NATURAL

10/9-8/10-5/11-3/12-31/12

POTAJE DE COLINOS CON GARBANZOS
CONTRAMUSLO DE POLLO ASADO
PAPAS AL AJILLO
ALIOLI
FRUTA NATURAL

11/9-9/10-6/11-4/12-1/1

SOPA DE AVE CON FIDEOS
ABADEJO REBOZADO CASERO FRITO
ENSALADA MIXTA CON ACEITUNAS
FRUTA NATURAL

12/9-10/10-7/11-5/12-2/1

CREMA DE ZANAHORIA Y BRÓCOLI
MACARRONES CON SALSA DE TOMATE Y SALCHICHAS DE PAVO
YOGUR NATURAL

15/9-13/10-10/11-8/12-5/1

CREMA DE CALABAZA Y CALABACIN
NUGGETS DE POLLO AL HORNO
ENSALADA GRIEGA CON QUESO
FRUTA NATURAL

16/9-14/10-11/11-9/12-6/1

CREMA DE VERDURAS
PASTA TIBURÓN CON TOMATE, ATÚN Y HUEVO
VERDURAS AL VAPOR
FRUTA NATURAL

17/9-15/10-12/11-10/12-7/1

POTAJE DE BERROS CON JUDÍAS PINTAS
ABADEJO AL HORNO
ENSALADA MIXTA CON PIÑA
FRUTA NATURAL

18/9-16/10-13/11-11/12

CREMA CUATRO ESTACIONES
POLLO AL HORNO CON AROMA AL CURRY
ARROZ VEGETAL
TOMATES CON SARDINAS
FRUTA NATURAL

19/9-17/10-14/11-12/12

POTAJE DE GARBANZOS
ESTOFADO DE CERDO CON PAPAS
ENSALADILLA RUSA
YOGUR NATURAL

22/9-20/10-17/11-15/12

CREMA DE ESPINACAS
ARROZ MARINERO (ABADEJO Y POTON)
TOMATES ALIÑADOS
FRUTA NATURAL

23/9-21/10-18/11-16/12

SOPA HORTELANA
POLLO FRITO
PAPAS DADO
ENSALADA MIXTA
FRUTA NATURAL

24/9-22/10-19/11-17/12

CREMA DE POTAJE DE HABICHUELAS
ALBÓNDIGAS MIXTAS COMPUESTAS
CRUDITÉS DE VERDURAS
ARROZ BLANCO
FRUTA NATURAL

25/9-23/10-20/11-18/12

POTAJE DE VERDURAS
ABADEJO ORLY FRITO
VERDURA AL VAPOR
FRUTA NATURAL

26/9-24/10-21/11-19/12

CREMA DE ZANAHORIAS CON CALABAZA
PASTA TIBURÓN CON SALSA DE TOMATE, CHAMPIÑONES Y BACON
SALPICÓN DE ATÚN
YOGUR NATURAL

29/9-27/10-24/11-22/12

CALDO DE MILLO
TORTILLA ESPAÑOLA AL HORNO
ENSALADA CUATRO ESTACIONES
FRUTA NATURAL

30/9-28/10-25/11-23/12

CREMA REINA
ABADEJO FRITO
PAPAS SANCOCHADAS
MOJO ROJO
FRUTA NATURAL

1/10-29/10-26/11-24/12

CREMA DE CALABACÍN
JAMONCITO DE POLLO AL HORNO
ENSALADA MIXTA
FRUTA NATURAL

2/10-30/10-27/11-25/12

POTAJE DE JUDÍAS BLANCAS
ARROZ CON POLLO Y GUISANTES
JUDÍAS AL VAPOR CON SALCHICHAS
FRUTA NATURAL

3/10-31/10-28/11-26/12

CREMA DE ACELGAS
MACARRONES INTEGRALES CON BOLOÑESA DE TERNERA Y VERDURAS
CRUDITÉS CON HUMMUS
YOGUR NATURAL

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**.

aprende
acomer
sano.org



FISH
REVOLUTION

