

LUNES

MARTES

MIÉRCOLES

JUEVES

VIERNES



9 739 Kcal. P.: 13 HC.: 48 L.: 34 G.: 5
LENTEJAS GUIADAS CON ZANAHORIA
 LENTIL AND CARROT STEW
CROQUETAS
 CROQUETTES
LECHUGA Y ZANAHORIA RALLADA
 LETTUCE AND SHREDDED CARROT
FRUTA
 FRUIT

10 722 Kcal. P.: 14 HC.: 46 L.: 38 G.: 11
ARROZ CON TOMATE NATURAL Y OLIVAS NEGRAS
 RICE WITH FRESH TOMATO AND BLACK OLIVES
TORTILLA DE QUESO
 CHEESE OMELETTE
LECHUGA Y CEBOLLA
 LETTUCE AND ONION
FRUTA
 FRUIT

11 529 Kcal. P.: 19 HC.: 28 L.: 51 G.: 16
CREMA DE CALABACÍN
 CREAM OF COURGETTE SOUP
CABEZADA DE CERDO EN SALSA
 PORK HEAD IN SAUCE
ENSALADA CON BROTES DE JUDIA
 MUNG BEAN SPROUT SALAD
YOGUR
 YOGHURT

14 618 Kcal. P.: 15 HC.: 42 L.: 41 G.: 8
ENSALADA DE PASTA TRICOLOR
 TRICOLOR PASTA SALAD
TORTILLA DE JAMÓN YORK
 HAM OMELETTE
ENSALADA VERDE
 GREEN SALAD
FRUTA
 FRUIT

15 637 Kcal. P.: 17 HC.: 50 L.: 29 G.: 8
SOPA DE PICADILLO
 PICADILLO SOUP WITH HAM, CHICKEN AND NOODLES WITH PASTA STARS
GARBANZOS CON BOLOÑESA VEGETAL
 CHICKPEAS & VEGETARIAN BOLOGNESE
HELADO
 ICE CREAM

16 659 Kcal. P.: 14 HC.: 38 L.: 45 G.: 12
CREMA DE GUISANTES CON PICATOSTES
 CREAM OF GREEN PEAS SOUP WITH CROUTONS
ALBÓNDIGAS CON CHAMPIÑONES
 MEATBALLS WITH MUSHROOMS
FRUTA
 FRUIT

17 589 Kcal. P.: 15 HC.: 57 L.: 26 G.: 4
ARROZ EN PAELLA CON VERDURAS
 PAELLA WITH VEGETABLES
FILETE DE MERLUZA AL HORNO CON SALSA MERY
 BAKED HAKE FILLET WITH MERY SAUCE
LECHUGA Y TOMATE
 LETTUCE AND TOMATO
FRUTA
 FRUIT

18 817 Kcal. P.: 24 HC.: 30 L.: 42 G.: 9
ALUBIAS BLANCAS GUIADAS CON ZANAHORIA
 HARICOT BEANS AND CARROT STEW
PECHUGA EMPANADA
 BREADED CHICKEN BREAST
TOMATE ALIADO
 TOMATO
YOGUR
 YOGHURT

21 609 Kcal. P.: 19 HC.: 39 L.: 37 G.: 7
LENTEJAS ESTOFADAS
 LENTIL STEW
TORTILLA DE CALABACÍN
 COURGETTE OMELETTE
LECHUGA Y CEBOLLA
 LETTUCE AND ONION
FRUTA
 FRUIT

22 664 Kcal. P.: 25 HC.: 32 L.: 42 G.: 14
ENSALADA DE PATATAS, HUEVO Y MAÍZ
 POTATOES SALAD WITH EGG AND SWEETCORN
CONTRAMUSLO DE POLLO AL HORNO CON MANZANA
 ROAST CHICKEN WITH BAKED APPLE
HELADO
 ICE CREAM

23 511 Kcal. P.: 19 HC.: 32 L.: 46 G.: 13
CREMA DE PUERROS
 CREAM OF LEEK SOUP
HAMBURGUESA DE TERNERA CLASICA HORNEADA
 CON PISTO MANCHEGO
 CLASSIC BURGUER WITH RATATOUILLE
FRUTA
 FRUIT

24 652 Kcal. P.: 18 HC.: 45 L.: 33 G.: 11
SOPA DE COCIDO
 TRADITIONAL SPANISH 'COCIDO' STEW WITH CHICKEN AND VEGETABLES
COCIDO COMPLETO CON GARBANZOS, MORCILLO, CHORIZO, PATATA Y ZANAHORIAS
 CHICKPEAS, MEAT, SAUSAGE, POTATO & CARROTS STEW
FRUTA
 FRUIT

25 720 Kcal. P.: 15 HC.: 45 L.: 39 G.: 8
ARROZ AL CURRY
 CURRIED RICE
MEDALLÓN DE BACALAO ANDALUZA
 ANDALUSIAN STYLE COD MEDALLION
LECHUGA Y ZANAHORIA RALLADA
 LETTUCE AND SHREDDED CARROT
YOGUR
 YOGHURT

28 552 Kcal. P.: 13 HC.: 55 L.: 28 G.: 8
CREMA DE VERDURAS CON COSTRONES DE PAN
 CREAM OF VEGETABLE SOUP WITH CROUTONS
CANELONES CON BECHAMEL Y QUESO
 CANNELONI WITH BECHAMEL AND CHEESE
FRUTA
 FRUIT

29 680 Kcal. P.: 17 HC.: 51 L.: 30 G.: 8
PAELLA ALICANTINA
 ALACANT PAELLA
FILETE DE PALOMETA AL HORNO
 BAKED FISH FILLET
HELADO VAINILLA
 ICE CREAM

30 761 Kcal. P.: 11 HC.: 42 L.: 42 G.: 6
LENTEJAS CON JUDÍAS VERDES
 LENTILS WITH GREEN BEANS
EMPANADO DE JAMON Y QUESO
 BREADED HAM AND CHEESE
TOMATE ALIADO
 TOMATO
FRUTA
 FRUIT



Scolarest me propuso cambiar la forma de alimentar de los niños y niñas y acercarles el mar, hacer conocido lo desconocido sobre sus beneficios, no pude más que comprometerme con el reto y ponerme a trabajar, trabajar por ellos y trabajar con el mar.

SCOLAREST
 con las familias

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.

