

MENÚ SIN CARNE C.P. I. RAMÓN Y CAJAL DE AYERBE

NOVIEMBRE 2025

LUNES 3	MARTES 4	MIÉRCOLES 1	JUEVES 2	VIERNES 3
NO LECTIVO	TALLARINES CON TOMATE  PESCADO AL HORNO  FRUTA 3-6 AÑOS. 591,2 KCAL 7-12 AÑOS. 768,56 KCAL 13-16 AÑOS. 886,8 KCAL	CREMA CALABAZA CON PICATOSTES  PESCADO A LA PLANCHA CON ENSALADA  FRUTA 3-6 AÑOS. 563,64 KCAL 7-12 AÑOS. 704,55 KCAL 13-16 AÑOS. 821,97 KCAL	ARROZ CON VERDURAS HUEVOS ESCALFADOS CON PISTO  YOGUR  3-6 AÑOS. 595,53 KCAL 7-12 AÑOS. 732,96 KCAL 13-16 AÑOS. 824,58 KCAL	BRÓCOLI CON REFRITO MERLUZA A LA GALLEGA  FRUTA 3-6 AÑOS. 573,62 KCAL 7-12 AÑOS. 711,29 KCAL 13-16 AÑOS. 807,66
LUNES 10	MARTES 11	MIÉRCOLES 12	JUEVES 13	VIERNES 14
ALUBIAS CON VERDURAS TORTILLA DE QUESO CON LECHUGA  FRUTA 3-6 AÑOS. 601,91 KCAL 7-12 AÑOS. 785,1 KCAL 13-16 AÑOS. 889,78 KCAL	SOPA DE FIDEOS  EMPANADILLAS ATÚN Y VERDURAS    FRUTA 3-6 AÑOS. 589,56 KCAL 7-12 AÑOS. 736,95 KCAL 13-16 AÑOS. 835,21 KCAL	JUDÍAS VERDES CON PATATA PESCADO CON AJO Y PEREJIL  FRUTA 3-6 AÑOS. 547,32 KCAL 7-12 AÑOS. 706,95 KCAL 13-16 AÑOS. 843,78 KCAL	ARROZ CON SALSA DE TOMATE CASERA SALMÓN A LA PLANCHA CON CEBOLLA  YOGUR NATURAL  3-6 AÑOS. 585,16 KCAL 7-12 AÑOS. 752,35 KCAL 13-16 AÑOS. 835,95 KCAL	ACELGAS CON PATATAS ALBÓNDIGAS DE PESCADO   FRUTA 3-6 AÑOS. 595,53 KCAL 7-12 AÑOS. 732,96 KCAL 13-16 AÑOS. 824,58 KCAL
LUNES 17	MARTES 18	MIÉRCOLES 19	JUEVES 20	VIERNES 21
BRÓCOLI CON PATATAS PESCADO A LA PLANCHA CON LECHUGA  FRUTA FRUTA 3-6 AÑOS. 582,5 KCAL 7-12 AÑOS. 699,1 KCAL 13-16 AÑOS. 792,2 KCAL	MACARRONES CON TOMATE Y ATÚN   CALAMARES  FRUTA 3-6 AÑOS. 627,62 KCAL 7-12 AÑOS. 753,15 KCAL 13-16 AÑOS. 853,57 KCAL	LENTEJAS CON VERDURAS TORTILLA FRANCESA CON ZANAHORIA  FRUTA 3-6 AÑOS. 601,91 KCAL 7-12 AÑOS. 785,1 KCAL 13-16 AÑOS. 889,78 KCAL	CREMA DE VERDURAS PESCADO AL HORNO CON PIMIENTOS VERDES  YOGUR  3-6 AÑOS. 570,05 KCAL 7-12 AÑOS. 701,6 KCAL 13-16 AÑOS. 789,3 KCAL	ARROZ TRES DELICIAS    MERLUZA A LA GALLEGA  FRUTA 3-6 AÑOS. 597,74 KCAL 7-12 AÑOS. 760,76 KCAL 13-16 AÑOS. 923,78 KCAL
LUNES 24	MARTES 25	MIÉRCOLES 26	JUEVES 27	VIERNES 28
MENESTRA DE VERDURAS PESCADO A LA PLANCHA CON RODAJA DE TOMATE  FRUTA 3-6 AÑOS. 568,49 KCAL 7-12 AÑOS. 721,54 KCAL 13-16 AÑOS. 809,05 KCAL	ALUBIAS CON VERDURAS TORTILLA DE QUESO CON LECHUGA   FRUTA 3-6 AÑOS. 597,41 KCAL 7-12 AÑOS. 760,34 KCAL 13-16 AÑOS. 923,27 KCAL	ESPIRALES CON VERDURITAS  SALMÓN CON SALSA DE SOJA  FRUTA 3-6 AÑOS. 662 KCAL 7-12 AÑOS. 794,4 KCAL 13-16 AÑOS. 993 KCAL	JUDÍAS VERDES CON PATATA PESCADO AL HORNO  YOGUR NATURAL  3-6 AÑOS. 547,32 KCAL 7-12 AÑOS. 706,95 KCAL 13-16 AÑOS. 843,78 KCAL	ARROZ CON SALSA DE TOMATE CASERA BACALAO CON PIMIENTOS ASADOS  FRUTA 3-6 AÑOS. 588,6 KCAL 7-12 AÑOS. 760,27 KCAL 13-16 AÑOS. 907,42 KCAL

*30 gramos de pan en cada comida. Los miércoles se servirá pan integral.

Material elaborado y visado por Loreto Madinaveitia Nisarre D-N colARA00183