

MENÚ C.P.I. RAMÓN Y CAJAL DE AYERBE

MARZO 2026 MENÚ SIN CARNE

LUNES 2	MARTES 3	MIÉRCOLES 4	JUEVES 5	VIERNES 6
BROCOLI PESCADO (4) FRUTA 3-6 AÑOS 575.2 KCAL 7-12 AÑOS 683.6 KCAL 13-16 AÑOS 789.9 KCAL	SOPA MARAVILLA (1)(9) TILAPIA REBOZADA CON LECHUGA (1)(3)(4)(12) FRUTA 3-6 AÑOS 589.56 KCAL 7-12 AÑOS 785.1 KCAL 13-16 AÑOS 835.21 KCAL	COLIFLOR CON PATATAS PESCADO A LA PLANCHA CON AJO Y PEREJIL (4) FRUTA 3-6 AÑOS 546.13 KCAL 7-12 AÑOS 705.48 KCAL 13-16 AÑOS 841.63 KCAL	ARROZ CON TOMATE NATURAL(12) SALMON A LA PLANCHA CON LECHUGA (4) (12) YOGUR (7) 3-6 AÑOS 585.165 KCAL 7-12 AÑOS 753.55 KCAL 13-16 AÑOS 845.95 KCAL	GUISANTES CON HUEVO DURO (3) PESCADO AL HORNO (4) FRUTA 3-6 AÑOS 575.92 KCAL 7-12 AÑOS 726.16 KCAL 13-16 AÑOS 851.36 KCAL
LUNES 9	MARTES 10	MIÉRCOLES 11	JUEVES 12	VIERNES 13
LENTEJAS CON VERDURAS TORTILLA DE PATATA CON CALABACIN (3) FRUTA 3-6 AÑOS 601.91 KCAL 7-12 AÑOS 785.1 KCAL 13-16 AÑOS 889.78 KCAL	JUDÍAS VERDES CON PATATA MERLUZA A LA GALLEGA (4) FRUTA 3-6 AÑOS 573.62 KCAL 7-12 AÑOS 711.29 KCAL 13-16 AÑOS 807.66 KCAL	CREMA DE VERDURAS CON PICATOSTES PESCADO A LA PLANCHA ENSALADA (4) (12) FRUTA 3-6 AÑOS 562.24 KCAL 7-12 AÑOS 703.21 KCAL 13-16 AÑOS 819.72 KCAL	ACELGAS CON PATATAS PESCADO REBOZADO (1)(3)(4) YOGUR (7) 3-6 AÑOS 606.22 KCAL 7-12 AÑOS 783.67 KCAL 13-16 AÑOS 957.82 KCAL	MENESTRA DE VERDURAS PESCADO PLANCHA CON RODAJA DE TOMATE (4) FRUTA 3-6 AÑOS 582.51 KCAL 7-12 AÑOS 699.1 KCAL 13-16 AÑOS 792.2 KCAL
LUNES 16	MARTES 17	MIÉRCOLES 18	JUEVES 19	VIERNES 20
GUISANTES Y HUEVO DURO (3) PESCADO AL HORNO CON PATATAS (4) FRUTA 3-6 AÑOS 573.22 KCAL 7-12 AÑOS 724.63 KCAL 13-16 AÑOS 849.68 KCAL	ESPIRALES INTEGRALES CON VERDURITAS (1) SALMON CON SOJA (4) (6) FRUTA 3-6 AÑOS 622 KCAL 7-12 AÑOS 706.95 KCAL 13-16 AÑOS 993 KCAL	GARBANZOS CON VERDURA TORTILLA FRANCESA CON LECHUGA (3) (12) FRUTA 3-6 AÑOS 585.48 KCAL 7-12 AÑOS 756.24 KCAL 13-16 AÑOS 902.61 KCAL	ARROZ 3 DELICIAS (3)(4)(14) MERLUZA A LA GALLEGA (4) YOGUR (7) 3-6 AÑOS 597.74 KCAL 7-12 AÑOS 760.76 KCAL 13-16 AÑOS 923.78 KCAL	CREMA DE VERDURAS PESCADO AL HORNO CON PIMIENTOS VERDES (4) (12) FRUTA 3-6 AÑOS 670.05 KCAL 7-12 AÑOS 701.6 KCAL 13-16 AÑOS 923.78 KCAL
LUNES 23	MARTES 24	MIÉRCOLES 25	JUEVES 26	VIERNES 27
GUISANTES CON HUEVO DURO (3) PESCADO AL HORNO CON PATATAS (4) FRUTA 3-6 AÑOS 573.22 KCAL 7-12 AÑOS 724.63 KCAL 13-16 AÑOS 849.68 KCAL	JUDIAS VERDES CON PATATAS PESCADO CON PICATOSTES (4) FRUTA 3-6 AÑOS 570.05 KCAL 7-12 AÑOS 701.16 KCAL 13-16 AÑOS 789.31 KCAL	CREMA DE VERDURAS CON PICATOSTES PESCADO A LA PLANCHA ENSALADA (4) (12) FRUTA 3-6 AÑOS 562.24 KCAL 7-12 AÑOS 703.21 KCAL 13-16 AÑOS 819.72 KCAL	ACELGAS CON PATATAS HAMBURGUESA DE PESCADO (4) YOGUR (7) 3-6 AÑOS 595.2 KCAL 7-12 AÑOS 732.96 KCAL 13-16 AÑOS 824.58 KCAL	ESPIRALES DE VERDURA (1) SALMÓN CON SOJA (4) (6) FRUTA 3-6 AÑOS 622 KCAL 7-12 AÑOS 706.95 KCAL 13-16 AÑOS 993 KCAL

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

ALERGENOS; 1: GLUTEN. 2: CRUTÁCEOS. 3: HUEVO. 4: PESCADO. 5: CACAHUETES. 6: SOJA. 7: LÁCTEOS. 8: FRUTOS SECOS. 9: APIO. 10: MOSTAZA. 11: SÉSAMO. 12: SULFITOS. 13: ALTRAMUZ. 14: MOLUSCOS.

Material elaborado y visado por Loreto Madinaveitia Nisarre D-N col ARA00183