

CEIP KATIA ACÍN
VALORACIÓN 3-8 AÑOS

BASAL



ABRIL

2024

LUNES

MARTES

MIÉRCOLES

JUEVES

VIERNES

LUNES DE PASCUA



FESTIVO

FESTIVO

FESTIVO

FESTIVO

- ARROZ A LA CUBANA
- FILETE DE MERLUZA EN SALSAS VERDES
- FRUTA DE TEMPORADA

- TRICOLOR DE VERDURA
- LOMO ADOBADO CON PIMIENTOS
- FRUTA DE TEMPORADA

- CREMA DE CALABACÍN
- CONTRAMUSLO DE POLLO AL HORNO
- ENSALADA DE LECHUGA Y ZANAHORIA
- FRUTA DE TEMPORADA

- MACARRONES POMODORO
- ALBÓNDIGAS DE MERLUZA Y POTA AL HORNO
- ENSALADA DE LECHUGA Y MAIZ
- YOGUR NATURAL

- GARBANZOS CON ACELGAS
- TORTILLA DE PATATA CASERA
- ENSALADA DE LECHUGA Y TOMATE
- FRUTA DE TEMPORADA

597,3KCAL 12%P 34%L 53%HC

599,8KCAL 13%P 31%L 56%HC

607,4KCAL 14%P 30%L, 56%HC

597,6KCAL 13%P 33%L 54%HC

608,5KCAL 15%P 34%L 51%HC

- CREMA DE ZANAHORIA
- JAMONCITOS DE POLLO EN SALSAS DE CHAMPIÑONES
- ENSALADA DE TOMATE
- FRUTA DE TEMPORADA

- LENTEJAS ESTOFADAS
- ABADEJO A LA GRIEGA
- FRUTA DE TEMPORADA

- ESPAGUETTIS A LA NAPOLITANA
- TORTILLA DE ATÚN CASERA
- ENSALADA DE LECHUGA Y MAIZ
- FRUTA DE TEMPORADA

- GARBANZOS CON VERDURAS
- ESTOFADO DE PAVO
- FRUTA DE TEMPORADA

- ARROZ CALDOSO
- SALMÓN EN SALSAS POMODORO
- ENSALADA DE LECHUGA
- YOGUR NATURAL

595,2KCAL 13%P 34%L 53%HC

593,3KCAL 15%P 31%L 54%HC

599,9KCAL 15%P 33%L 52%HC

600,6KCAL 14%P 31%L 55%HC

603,4KCAL 15%P 31%L 54%HC

- LENTEJAS A LA JARDINERA
- MAGRO A LA RIOJANA
- FRUTA DE TEMPORADA

SAN JORGE



- JUDIAS VERDES CON PATATA
- FABADA COMPLETA
- ENSALADA DE LECHUGA Y MAIZ
- YOGUR NATURAL

- ARROZ CON TOMATE
- ABADEJO AMB SALSAS DE VERDURES
- FRUTA DE TEMPORADA

- CREMA DE VERDURAS
- TORTILLA DE CALABACÍN
- ENSALADA DE LECHUGA Y ZANAHORIA
- FRUTA DE TEMPORADA

603,4KCAL 13%P 31%L 56%HC

604,6KCAL 14%P 31%L 55%HC

604,6KCAL 13%P 35%L 52%HC

608,5KCAL 15%P 35%L 50%HC

- ARROZ CON VERDURAS
- FILETE DE MERLUZA A LA GRIEGA
- FRUTA DE TEMPORADA

- ESTOFADO DE GARBANZOS
- TORTILLA DE PATATA CASERA
- ENSALADA DE LECHUGA Y MAIZ
- FRUTA DE TEMPORADA

599,9KCAL 17%P 31%L 52%HC

598,2KCAL 17%P 31%L 52%HC

EL MENÚ INCLUYE UNA RACIÓN DE PAN DIARIO.



www.comertel.es

CEIP KATIA ACÍN
VALORACIÓN 9-13 AÑOS

BASAL


Comertel
alimentació col·lectiva

ABRIL

2024

LUNES

MARTES

MIÉRCOLES

JUEVES

VIERNES

LUNES DE PASCUA

FESTIVO

FESTIVO

FESTIVO

FESTIVO

-ARROZ A LA CUBANA
-FILETE DE MERLUZA EN
SALSA VERDE
-FRUTA DE TEMPORADA

-TRICOLOR DE VERDURA
-LOMO ADOBADO CON
PIMIENTOS
-FRUTA DE TEMPORADA

-CREMA DE CALABACÍN
-CONTRAMUSLO DE POLLO AL
HORNO
-ENSALADA DE LECHUGA Y
ZANAHORIA
-FRUTA DE TEMPORADA

-MACARRONES POMODORO
-ALBÓNDIGAS DE MERLUZA Y
POTA AL HORNO
-ENSALADA DE LECHUGA Y MAIZ
-YOGUR NATURAL

-GARBANZOS CON ACELGAS
-TORTILLA DE PATATA CASERA
-ENSALADA DE LECHUGA Y
TOMATE
-FRUTA DE TEMPORADA

767,8 KCAL 12%P 32%L 56%HC

759,4 KCAL 12%P 30%L 58%HC

774,6 KCAL 15%P 30%L 55%HC

761,8 KCAL 16%P 31%L 52%HC

772,3 KCAL 15%P 30%L 55%HC

-CREMA DE ZANAHORIA
-JAMONCITOS DE POLLO EN
SALSA DE CHAMPIÑONES
-ENSALADA DE TOMATE
-FRUTA DE TEMPORADA

-LENTEJAS ESTOFADAS
-ABADEJO A LA GRIEGA
-FRUTA DE TEMPORADA

-ESPAGUETTIS A LA
NAPOLITANA
-TORTILLA DE ATÚN CASERA
-ENSALADA DE LECHUGA Y MAIZ
-FRUTA DE TEMPORADA

-GARBANZOS CON VERDURAS
-ESTOFADO DE PAVO
-FRUTA DE TEMPORADA

-ARROZ CALDOSO
-SALMÓN EN SALSA POMODORO
-ENSALADA DE LECHUGA
-YOGUR NATURAL

759,4 KCAL 12%P 30%L 58%HC

775,5 KCAL 12%P 33%L 54%HC

771,5 KCAL 14%P 32%L 54%HC

773,8 KCAL 13%P 35%L 52%HC

765 KCAL 13%P 34%L 53%HC

-LENTEJAS A LA JARDINERA
-MAGRO A LA RIOJANA
-FRUTA DE TEMPORADA

SAN JORGE

-JUDIAS VERDES CON PATATA
-FABADA COMPLETA
-ENSALADA DE LECHUGA Y MAIZ
-YOGUR NATURAL

-ARROZ CON TOMATE
-ABADEJO AMB SALSA DE
VERDURES
-FRUTA DE TEMPORADA

-CREMA DE VERDURAS
-TORTILLA DE CALABACÍN
-ENSALADA DE LECHUGA Y
ZANAHORIA
-FRUTA DE TEMPORADA

762,5 KCAL 12%P 33%L 56%HC

745,8 KCAL 12%P 34%L 53%HC

773,8 KCAL 13%P 31%L 56%HC

772,6 KCAL 15%P 35%L 50%HC

-ARROZ CON VERDURAS
-FILETE DE MERLUZA A LA GRIEGA
-FRUTA DE TEMPORADA

-ESTOFADO DE GARBANZOS
-TORTILLA DE PATATA CASERA
-ENSALADA DE LECHUGA Y
MAIZ
-FRUTA DE TEMPORADA

773,8 KCAL 13%P 31%L 56%HC

764,3 KCAL 12%P 34%L 53%HC

EL MENÚ INCLUYE UNA RACIÓN DE PAN DIARIO.



www.comertel.es

MES: **abril-24**

MENÚ: **SIN LACTOSA, PLV**

Lunes		Martes		Miércoles		Jueves		Viernes	
1	FESTIVO	2	FESTIVO	3	FESTIVO	4	FESTIVO	5	FESTIVO
8	Arroz a la cubana Filete de merluza en salsa verde Fruta	9	Tricolor de verdura Lomo adobado con pimientos Fruta	10	Crema de calabacín Contramuslo de pollo al horno Ensalada de lechuga y zanahoria Fruta ecológica	11	Macarrones pomodoro Filete de merluza en salsa verde Ensalada de lechuga y maiz Yogur de soja	12	Garbanzos con acelgas Tortilla de patata casera Ensalada de lechuga y tomate Fruta
15	Crema de zanahoria Jamoncitos de pollo en salsa de champiñones Ensalada de tomate Fruta	16	Lentejas estofadas Abadejo a la griega Fruta	17	Espaguettis a la napolitana Tortilla de atún casera Ensalada de lechuga y maiz Fruta	18	Garbanzos con verduras Estofado de pavo Fruta ecológica	19	Arroz caldoso Salmón en salsa pomodoro Ensalada de lechuga Yogur de soja
22	Lentejas a la jardinera Magro a la riojana Fruta	23	FESTIVO	24	Judías verdes con patata Fabada completa Yogur de soja	25	Arroz con tomate Abadejo en salsa de verduras Fruta	26	Crema de verduras Tortilla de calabacín casera Ensalada de lechuga y zanahoria Fruta
29	Arroz con verduras Filete de merluza a la griega Fruta	30	Garbanzos estofados Tortilla de patata casera Ensalada de lechuga y maiz Fruta						

VISITA NUESTRA WEB: WWW.ELGUSTODECRECER.COMERTEL.ES

MES: **abril-24**

MENÚ: **SIN PESCADO**

Lunes		Martes		Miércoles		Jueves		Viernes	
1	FESTIVO	2	FESTIVO	3	FESTIVO	4	FESTIVO	5	FESTIVO
8	Arroz a la cubana Tortilla a la francesa Fruta	9	Tricolor de verdura Lomo adobado con pimientos Fruta	10	Crema de calabacín Contramuslo de pollo al horno Ensalada de lechuga y zanahoria Fruta ecológica	11	Macarrones pomodoro Pechuga de pollo a la plancha Ensalada de lechuga y maiz Yogur	12	Garbanzos con acelgas Tortilla de patata casera Ensalada de lechuga y tomate Fruta
15	Crema de zanahoria Jamoncitos de pollo en salsa de champiñones Ensalada de tomate Fruta	16	Lentejas estofadas Pechuga de pollo a la milanesa Ensalada de tomate Fruta	17	Espaguetis sin gluten ni huevo a la napolitana Tortilla a la francesa Ensalada de lechuga y maiz Fruta	18	Garbanzos con verduras Estofado de pavo Fruta ecológica	19	Arroz caldoso Tortilla de patata casera Ensalada de lechuga Yogur
22	Lentejas a la jardinera Magro a la riojana Fruta	23	FESTIVO	24	Judías verdes con patata Fabada completa Yogur	25	Arroz con tomate Lomo encebollado Fruta	26	Crema de verduras Tortilla de calabacín casera Ensalada de lechuga y zanahoria Fruta
29	Arroz con verduras Pechuga de pollo al limón Fruta	30	Garbanzos estofados Tortilla de patata casera Ensalada de lechuga y maiz Fruta						

VISITA NUESTRA WEB: WWW.ELGUSTODECRECER.COMERTEL.ES

MES: **abril-24**

MENÚ: **SIN GLUTEN**

Lunes		Martes		Miércoles		Jueves		Viernes	
1	FESTIVO	2	FESTIVO	3	FESTIVO	4	FESTIVO	5	FESTIVO
8	Arroz a la cubana Filete de merluza en salsa verde Fruta	9	Tricolor de verdura Lomo adobado con pimientos Fruta	10	Crema de calabacín Contramuslo de pollo al horno Ensalada de lechuga y zanahoria Fruta ecológica	11	Macarrones sin gluten ni huevo pomodoro Filete de merluza en salsa verde Ensalada de lechuga y maiz Yogur	12	Garbanzos con acelgas Tortilla de patata casera Ensalada de lechuga y tomate Fruta
15	Crema de zanahoria Jamoncitos de pollo en salsa de champiñones Ensalada de tomate Fruta	16	Sopa de verduras Abadejo a la griega Fruta	17	Espaguetis sin gluten ni huevo a la napolitana Tortilla de atún casera Ensalada de lechuga y maiz Fruta	18	Garbanzos con verduras Estofado de pavo Fruta ecológica	19	Arroz caldoso Salmón en salsa pomodoro Ensalada de lechuga Yogur
22	Arroz con tomate Magro a la riojana Fruta	23	FESTIVO	24	Judías verdes con patata Fabada completa Yogur	25	Arroz con tomate Abadejo en salsa de verduras Fruta	26	Crema de verduras Tortilla de calabacín casera Ensalada de lechuga y zanahoria Fruta
29	Arroz con verduras Filete de merluza a la griega Fruta	30	Garbanzos estofados Tortilla de patata casera Ensalada de lechuga y maiz Fruta						

VISITA NUESTRA WEB: WWW.ELGUSTODECRECER.COMERTEL.ES

MES: **abril-24**

MENÚ: **SIN GLUTEN NI LACTOSA, PLV**

Lunes		Martes		Miércoles		Jueves		Viernes	
1	FESTIVO	2	FESTIVO	3	FESTIVO	4	FESTIVO	5	FESTIVO
8	Arroz a la cubana Filete de merluza en salsa verde Fruta	9	Tricolor de verdura Lomo adobado con pimientos Fruta	10	Crema de calabacín Contramuslo de pollo al horno Ensalada de lechuga y zanahoria Fruta ecológica	11	Macarrones sin gluten ni huevo pomodoro Filete de merluza en salsa verde Ensalada de lechuga y maiz Yogur de soja	12	Garbanzos con acelgas Tortilla de patata casera Ensalada de lechuga y tomate Fruta
15	Crema de zanahoria Jamoncitos de pollo en salsa de champiñones Ensalada de tomate Fruta	16	Sopa de verduras Abadejo a la griega Fruta	17	Espaguetis sin gluten ni huevo a la napolitana Tortilla de atún casera Ensalada de lechuga y maiz Fruta	18	Garbanzos con verduras Estofado de pavo Fruta ecológica	19	Arroz caldoso Salmón en salsa pomodoro Ensalada de lechuga Yogur de soja
22	Arroz con tomate Magro a la riojana Fruta	23	FESTIVO	24	Judías verdes con patata Fabada completa Yogur de soja	25	Arroz con tomate Abadejo en salsa de verduras Fruta	26	Crema de verduras Tortilla de calabacín casera Ensalada de lechuga y zanahoria Fruta
29	Arroz con verduras Filete de merluza a la griega Fruta	30	Garbanzos estofados Tortilla de patata casera Ensalada de lechuga y maiz Fruta						

VISITA NUESTRA WEB: WWW.ELGUSTODECRECER.COMERTEL.ES

MES: **abril-24**

MENÚ: **SIN CERDO**

Lunes		Martes		Miércoles		Jueves		Viernes	
1	FESTIVO	2	FESTIVO	3	FESTIVO	4	FESTIVO	5	FESTIVO
8	Arroz a la cubana Filete de merluza en salsa verde Fruta	9	Tricolor de verdura Alubias a la marinera Fruta	10	Crema de calabacín Contramuslo de pollo al horno Ensalada de lechuga y zanahoria Fruta ecológica	11	Macarrones pomodoro Albóndigas de merluza y pota al horno Ensalada de lechuga y maíz Yogur	12	Garbanzos con acelgas Tortilla de patata casera Ensalada de lechuga y tomate Fruta
15	Crema de zanahoria Jamoncitos de pollo en salsa de champiñones Ensalada de tomate Fruta	16	Lentejas estofadas Abadejo a la griega Fruta	17	Espaguettis a la napolitana Tortilla de atún casera Ensalada de lechuga y maíz Fruta	18	Garbanzos con verduras Estofado de pavo Fruta ecológica	19	Arroz caldoso Salmón en salsa pomodoro Ensalada de lechuga Yogur
22	Lentejas a la jardinera Palometa a la griega Fruta	23	FESTIVO	24	Judías verdes con patata Alubias a la marinera Yogur	25	Arroz con tomate Abadejo en salsa de verduras Fruta	26	Crema de verduras Tortilla de calabacín casera Ensalada de lechuga y zanahoria Fruta
29	Arroz con verduras Filete de merluza a la griega Fruta	30	Garbanzos estofados Tortilla de patata casera Ensalada de lechuga y maíz Fruta						

VISITA NUESTRA WEB: WWW.ELGUSTODECRECER.COMERTEL.ES

PROPUESTA DE CENAS

BASAL



ABRIL

2024

LUNES

MARTES

MIÉRCOLES

JUEVES

VIERNES

LUNES DE PASCUA

FESTIVO

FESTIVO

FESTIVO

FESTIVO

- FIDEOS SALTEADOS CON VERDURAS, SALSA DE SOJA Y POLLO
- MANZANA AL HORNO

- CALAMARES A LA AMERICANA CON ARROZ SALTEADO
- FRUTA

- ENSALADA DE TOMATE Y QUESO FRESCO
- CROQUETAS CASERAS
- FRUTA

- ACELGAS AL AJILLO
- TRUCHA CON JAMÓN AL HORNO
- FRUTA

- SOPA DE VERDURAS
- PIZZA DE JAMÓN Y QUESO
- FRUTA

- CALDO DE POLLO Y VERDURAS
- CAZUELA DE LOMO CON SALSA
- PERA AL HORNO

- PURÉ DE CALABACÍN
- BISTEC DE TERNERA CON CHAMPIÑONES SALTEADOS
- NATILLAS

- COLIFLOR CON BECHAMEL
- SARDINAS CON TOMATE AL HORNO
- FRUTA

- ENSALADA DE LECHUGA, PEPINO, CEBOLLA Y TOMATE
- PIZZA DE ATÚN
- FRUTA

- ARROZ AL CURRY
- PECHUGA DE POLLO A LA PLANCHA CON AJO Y PEREJIL
- LECHE

- HABAS CON JAMÓN
- LENGUADO A LA PLANCHA CON BRÓCOLI SALTEADO
- FRUTA

SAN JORGE



- ENSALADA TEMPLADA DE PATATA
- PECHUGA DE PAVO A LA PLANCHA
- YOGUR

- PISTO DE VERDURAS
- PALOMETA AL HORNO
- FRUTA

- FIDEOS A LA CAZUELA CON VERDURAS Y COSTILLA DE CERDO
- FRUTA

- SOPA DE AVE CON MARAVILLA
- NUGGETS DE PESCADO CASEROS
- FRUTA

- ARROZ TRES DELICIAS CON TORTILLA, BACON, ZANAHORIA Y GUISANTES
- CUAJADA CON MIEL

