

# MENÚ ESCOLAR MAYO 2026



LUNES

MARTES

MIÉRCOLES

JUEVES

VIERNES

<b>MENÚ ENTERO</b> PE	<b>REALIZA DEPORTE A DIARIO PARA CUIDAR A TU CORAZÓN</b> 	<b>REDUCE EL CONSUMO DE ALIMENTOS PROCESADOS PARA CUIDAR TU SALUD</b> 		<b>FESTIVO DÍA DEL TRABAJADOR</b> 1
Crema de verduras hortelana Tortilla de patatas con cebolla y quesitos Pan y Fruta 4	Garbanzos con verduritas Salchichas picnic de ave en salsa con zanahorias Pan integral y Fruta 5	Patatas estofadas con carne de ternera Mini flamenquines al horno y tomate a rodajas Pan y Lácteo 6	Lacitos de pasta vegetales con tomate y albahaca Lomo de merluza en salsa verde con guisantes Pan integral y Fruta 7	Sopa de picadillo con arroz (jamón y huevo cocido) Filete de lomo de cerdo en salsa y ensalada tipo 1 Pan y Fruta 8
Lentejas con zanahorias Tortilla francesa y remolacha aliñada Pan y Fruta 11	Patatas estofadas con taquitos de rape Filete de lomo de cerdo adobado en salsa con calabacín Pan integral y Fruta 12	Macarrones a la boloñesa Crocanti de merluza al horno y pimientos asados Pan y Lácteo 13	Crema de calabaza y zanahorias Albóndigas de pollo en salsa a la jardinera Pan integral y Fruta 14	Alubias con calabaza Croquetas de cocido y ensalada tipo 2 Pan y Fruta 15
Crema de verduras hortelana Schnitzel de pollo al horno y zanahorias aliñadas Pan y Fruta 18	Lentejas con zanahorias Tortilla de patatas con cebolla y ensalada tipo 1 Pan integral y Fruta 19	Patatas guisadas con chocos Albóndigas de pollo en salsa a la jardinera Pan y Lácteo 20	Garbanzos con calabaza Filetes rusos al horno y tomate a rodajas Pan integral y Fruta 21	Arroz a la cubana con huevo cocido Lomo de merluza en salsa verde con guisantes Pan y Fruta 22
Lentejas con zanahorias Hamburguesa de pollo en salsa con verduras Pan y Fruta 25	Patatas estofadas con carne de cerdo Tortilla francesa con quesitos Pan integral y Fruta 26	Crema de calabacín y puerro Crocanti de merluza al horno y ensalada de picadillo Pan y Lácteo 27	Alubias con judías verdes y calabaza Pechuga de pollo en salsa de la abuela con champiñones Pan integral y Fruta 28	Macarrones con tomate y queso rallado Filete de lomo de cerdo adobado en salsa con zanahorias Pan y Fruta 29



Ana Pemán Pérez-Serrano  
Diplomada en Nutrición Humana y Dietética  
Licenciada en Ciencia Y Tecnología de Alimentos  
Nº Col. AND-00572

Ensalada tipo 1: lechuga romana, zanahoria rallada y tomate.  
Ensalada tipo 2: lechuga romana, maíz y remolacha rallada.

**TOMA 5 RACIONES DE FRUTAS Y VERDURAS AL DÍA**

[www.dmaritainfantil.com](http://www.dmaritainfantil.com)

**SOMOS AGUA:** El 70% de nuestro cuerpo es agua, imprescindible para hidratar todos nuestros órganos y eliminar toxinas. Apostar por el agua como bebida familiar es sinónimo de salud. Los zumos de frutas naturales son una buena opción, pero nunca deben sustituir el consumo mínimo diario de agua.

