

MES: Mayo 2026

CEIP MIRAFLORES

Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes	Sábado	Domingo
TODOS LOS MENÚS IRÁN ACOMPAÑADOS DE AGUA. LAS FRUTAS SERVIDAS SERÁN MANZANA, PERA, PLÁTANO Y NARANJA				<b>1</b> <b>FESTIVO</b> 1º Arroz 2º Carne con Verdura y Fruta (* 1º Verdura 2º Pescado con Patatas y Lácteos)	<b>2</b> 1º Pasta 2º Pescado con Verdura y Fruta 1º Verdura 2º Carne con Legumbres y Lácteos	<b>3</b> 1º Verdura 2º Huevos con Pasta y Lácteos 1º Pasta 2º Pescado con Verdura y Fruta
<b>4</b> Alubias guisadas con arroz integral Pastel de patata con verduras con ensalada de lechuga Fruta y pan (* 1º Verdura 2º Huevos con Arroz y Lácteos)	<b>5</b> Sopa maravilla con verduras Pollo en salsa (patata, cebolla, zanahoria y tomate) Fruta y pan integral (* 1º Verdura 2º Pescado con Verdura y Lácteos)	<b>6</b> - Lentejas estofadas Filete de merluza en salsa marinera (tomate, cebolla, ajo y especias) con ensalada de lechuga Fruta y pan (* 1º Verdura 2º Carne con Patatas y Lácteos)	<b>7</b> Arroz caldoso de verduras Tortilla francesa de jamón york con ensalada de lechuga Yogur y pan integral (* 1º Verdura 2º Carne con Pasta y Fruta)	<b>8</b> Verdura tricolor (patata, zanahoria, judía verde) Pavo guisado con verduras (cebolla, zanahoria, patata y tomate) Fruta y pan (* 1º Patatas 2º Pescado con Verdura y Fruta)	<b>9</b> 1º Arroz 2º Carne con Verdura y Fruta 1º Verdura 2º Pescado con Pasta y Lácteos	<b>10</b> 1º Pasta 2º Huevos con Verdura y Fruta 1º Verdura 2º Carne con Legumbres y Lácteos
VE:2.543/608 GT:19 GS:2 HC:88 AZ:20 PROT:17 SAL:1	VE:2.540/608 GT:14 GS:4 HC:79 AZ:22 PROT:40 SAL:3	VE:2.464/589 GT:19 GS:2 HC:67 AZ:18 PROT:34 SAL:3	VE:2.544/609 GT:25 GS:5 HC:74 AZ:19 PROT:21 SAL:2	VE:2.461/589 GT:19 GS:3 HC:75 AZ:24 PROT:27 SAL:2		
<b>11</b> Arroz con salsa de tomate - Revuelto de atún con ensalada de lechuga Fruta y pan (* 1º Verdura 2º Carne con Legumbres y Lácteos)	<b>12</b> Judías verdes con refrito Garbanzos estofados con arroz integral Fruta y pan integral (* 1º Patatas 2º Pescado con Verdura y Fruta)	<b>13</b> Espirales con salsa napolitana (tomate, calabacín y albahaca) Filete de abadejo al horno con verduras (cebolla, zanahoria y pimiento) con ensalada de lechuga Fruta y pan (* 1º Verdura 2º Carne con Verdura y Lácteos)	<b>14</b> Crema de zanahoria (eco.) Estofado campesino de magro (cebolla, pimiento, tomate, patata, ajo y especias) Yogur y pan integral (* 1º Arroz 2º Carne con Verdura y Fruta)	<b>15</b> Lentejas a la campesina Tortilla de patata y calabacín con ensalada de lechuga Fruta y pan (* 1º Verdura 2º Pescado con Pasta y Fruta)	<b>16</b> 1º Pasta 2º Carne con Verdura y Fruta 1º Verdura 2º Pescado con Patatas y Lácteos	<b>17</b> 1º Verdura 2º Pescado con Patatas y Lácteos 1º Legumbres 2º Carne con Pasta y Lácteos
VE:2.506/599 GT:20 GS:4 HC:80 AZ:21 PROT:21 SAL:2	VE:2.530/605 GT:21 GS:2 HC:81 AZ:23 PROT:18 SAL:1	VE:2.471/591 GT:19 GS:2 HC:78 AZ:23 PROT:25 SAL:2	VE:2.544/609 GT:20 GS:2 HC:75 AZ:21 PROT:30 SAL:2	VE:2.464/590 GT:20 GS:3 HC:74 AZ:19 PROT:25 SAL:2		
<b>18</b> Alubias estofadas con verduras Filete de merluza en salsa verde (guisante, cebolla, ajo y perejil) con ensalada de lechuga Fruta y pan (* 1º Verdura 2º Carne con Patatas y Fruta)	<b>19</b> Sopa minestrone Pollo en salsa de champiñones (champiñón, patata, cebolla y tomillo) Fruta y pan integral (* 1º Pasta 2º Carne con Verdura y Lácteos)	<b>20</b> Potaje de garbanzos Tortilla francesa de queso con ensalada de lechuga Fruta y pan (* 1º Verdura 2º Carne con Patatas y Fruta)	<b>21</b> Menestra de verduras salteadas Macarrones integrales (eco.) con salsa boloñesa vegana Yogur y pan integral (* 1º Pasta 2º Pescado con Verdura y Fruta)	<b>22</b> Arroz caldoso de verduras Palometa a la griega con ensalada de lechuga Fruta y pan (* 1º Verdura 2º Carne con Patatas y Lácteos)	<b>23</b> 1º Verdura 2º Huevos con Arroz y Lácteos 1º Arroz 2º Carne con Verdura y Fruta	<b>24</b> 1º Patatas 2º Pescado con Verdura y Lácteos 1º Verdura 2º Carne con Pasta y Lácteos
VE:2.538/607 GT:19 GS:2 HC:72 AZ:18 PROT:33 SAL:2	VE:2.541/608 GT:14 GS:4 HC:78 AZ:21 PROT:42 SAL:2	VE:2.478/593 GT:26 GS:5 HC:61 AZ:19 PROT:24 SAL:2	VE:2.544/609 GT:18 GS:3 HC:85 AZ:26 PROT:21 SAL:2	VE:2.491/596 GT:22 GS:2 HC:76 AZ:21 PROT:15 SAL:2		
<b>25</b> Verdura tricolor (patata, zanahoria, judía verde) Magro de cerdo a la campesina (patata, cebolla, tomate, pimiento, zanahoria, calabacín y tomillo) Fruta y pan (* 1º Arroz 2º Pescado con Verdura y Fruta)	<b>26</b> Lentejas a la castellana (cebolla, zanahoria, patata y pimentón) con arroz integral Tortilla de patatas con ensalada de lechuga Fruta y pan integral (* 1º Verdura 2º Carne con Pasta y Fruta)	<b>27</b> - Crema de verduras Salmón al horno con salsa pomodoro Fruta y pan (* 1º Patatas 2º Carne con Verdura y Lácteos)	<b>28</b> Sopa casera de cocido Cocido completo con ensalada de lechuga Yogur y pan integral (* 1º Verdura 2º Pescado con Legumbres y Fruta)	<b>29</b> Arroz con salsa de tomate Revuelto de jamón york con ensalada de lechuga Fruta y pan (* 1º Verdura 2º Pescado con Pasta y Lácteos)	<b>30</b> 1º Legumbres 2º Carne con Verdura y Lácteos 1º Verdura 2º Pescado con Patatas y Fruta	<b>31</b> 1º Pasta 2º Huevos con Verdura y Lácteos 1º Verdura 2º Carne con Patatas y Lácteos
VE:2.491/596 GT:25 GS:1 HC:66 AZ:22 PROT:24 SAL:1	VE:2.488/595 GT:18 GS:3 HC:78 AZ:19 PROT:27 SAL:2	VE:2.537/607 GT:21 GS:3 HC:72 AZ:22 PROT:30 SAL:2	VE:2.569/615 GT:19 GS:4 HC:77 AZ:19 PROT:31 SAL:2	VE:2.525/604 GT:21 GS:5 HC:77 AZ:21 PROT:23 SAL:2		

(\*) Recomendación cena (\*\*) Recomendación comida // A partir de 18 meses

VISITA NUESTRA WEB: [WWW.ELGUSTODECRECER.ES](http://WWW.ELGUSTODECRECER.ES)