

ESCUELA INFANTIL LA CABRERA - MARZO 2026

Todas las comidas se acompañarán de pan integral o pan blanco y agua. En la elaboración de los menús se utiliza **legumbres y pastas de producción ecológica y aceite de oliva.**

LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES
2	3 - Día mundial de la naturaleza	4	5	6
Judías verdes rehogadas con cebolla y ajito Contramuslo de pollo asado al limón con patatas (12) Fruta de temporada	Pasta integral con tomate (1,3,6,10) Pescadilla al ajillo y pimentón con ensalada de lechuga (4) Postre lácteo (7)	Crema de verduras naturales (12) Cinta de lomo adobada con guarnición de arroz integral Fruta de temporada	Judías blancas con chorizo (12) Salmón a la naranja con verduritas (4) Fruta de temporada	Guiso de patatas a la marinera (4,12) Huevos Villarroy con gajos de tomate aliñados (1,2,3,4,6,7,8,14) Postre lácteo (7)
kcal 703 Líp 31,2 Prot 34,5 HdC 71	kcal 680 Líp 19,9 Prot 38,6 HdC 86	kcal 733 Líp 19,5 Prot 26,0 HdC 114	kcal 677 Líp 25,2 Prot 29,9 HdC 83	kcal 720 Líp 33,9 Prot 32,5 HdC 71
9 - Día mundial de la tortilla de patatas	10	11	12	13
Lentejas ECO estofadas con hortalizas (zanahoria, pimiento, tomate, cebolla) (12) Tortilla de patata con ensalada de maiz y zanahoria (3,12) Fruta de temporada	Crema de calabacín y puerros (12) Palometa en salsa de tomate con arroz integral salteado (2,4,14) Postre lácteo (7)	Sopa de cocido (caldo de ave y verduras con fideos) (1,3,6,10) Complemento: garbanzos ECO , verdura, morcillo, ave, chorizo (12) Fruta de temporada	Menestra de verduras rehogada Hamburguesa de ternera en salsa con patatas (6,10,11,12) Fruta de temporada	Espirales a la napolitana (1,3,6,10) Filete de merluza a la andaluza con ensalada de lechuga (1,4,6,10) Postre lácteo (7)
kcal 717 Líp 22,5 Prot 24,7 HdC 104	kcal 670 Líp 22,9 Prot 27,3 HdC 89	kcal 714 Líp 22,9 Prot 28,9 HdC 98	kcal 714 Líp 22,9 Prot 28,9 HdC 98	kcal 697 Líp 19,7 Prot 44,4 HdC 86
16	17	18	19	20 - Bienvenida primavera
Patatas riojana (12) Cinta de lomo adobada con ensalada de tomate Fruta de temporada	Arroz milanés (6) Filete de pescadilla con pisto (4,12) Postre lácteo (7)	Brócoli rehogado Fingers de pollo con patatas (1,6,10,12) Fruta de temporada	Macarrones integrales a la norma (berenjena, tomate, cebolla, ajo, albahaca) (1,3,6,10) Bacalao a la vizcaína con verduritas (2,4,14) Fruta de temporada	Judías pintas ECO a la hortelana (pimiento, calabacín, zanahoria, tomate, cebolla) (12) Tortilla francesa con ensalada de lechuga y maíz (3) Postre lácteo (7)
kcal 685 Líp 23,3 Prot 46,5 HdC 72	kcal 695 Líp 25,4 Prot 39,8 HdC 77	kcal 730 Líp 38,6 Prot 29,7 HdC 66	kcal 686 Líp 17,6 Prot 39,9 HdC 92	kcal 712 Líp 31,8 Prot 44,9 HdC 62
23 - Día mundial del aprendizaje	24 - DÍA SOSTENIBLE	25	26 - Día mundial del clima	27
Fideuá mixta (1,3,6,10) (pollo y verduras) Filete de caballa en sanfaina (2,4,14) Fruta de temporada	Judías blancas ECO a la hortelana (12) Huevos aurora con champiñones (1,3,6,7,10) Postre lácteo (7)	Guisantes rehogados con ajito y cebollita Albóndigas de ternera en salsa con guarnición de arroz integral (6,10,11,12) Fruta de temporada	Sopa de cocido (caldo de ave y verduras con fideos) (1,3,6,10) Complemento: garbanzos ECO , verdura, morcillo, ave, chorizo (12) Fruta de temporada	Crema de calabaza y zanahoria (12) Filete de merluza al ajillo con patatas (4,12) Postre lácteo (7)
kcal 710 Líp 19,9 Prot 36,1 HdC 97	kcal 703 Líp 22,7 Prot 33,6 HdC 91	kcal 735 Líp 30,4 Prot 27,8 HdC 88	kcal 656 Líp 21,9 Prot 22,1 HdC 93	kcal 689 Líp 25,6 Prot 49,8 HdC 65

DECLARACIÓN DE ALERGENOS

1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14
Gluten	Crustáceos	Huevos	Pescado	Cacahuete	Soja	Leche	Frutos cáscara	Apio	Mostaza	Sésamo	Sulfitos	Altramuzes	Moluscos

 grupo_servicatering



Ingredientes ecológicos



Solo ACEITE DE OLIVA VIRGEN EXTRA



GASTRONOMÍA LOCAL



Pescados sostenibles



Productos integrales



Productos con DOP

Energía expresada en Kcal y macronutrientes en gramos para la franja de edad entre 7-9 años. Fruta de temporada en función de su estado de maduración: manzana, pera, plátano, melón...

(*) Se ofrecerán yogures naturales sin azúcar y también yogures de sabores, priorizando el yogur natural sin azúcar frente al de sabor.

El pan de elección será integral, aunque existirá la opción del pan blanco.

ayne
Asociación de Ayuntamientos de Navarra