


MENÚ BASAL

GASTRONOMÍA LAS MURALLAS

SANTA CRUZ

ABRIL

2025

LUNES		MARTES		MIÉRCOLES		JUEVES		VIERNES	
LUNES		JORNADA DE PAIS VASCO Alubias con sacramentos (chorizo, morcilla, patata, zanahoria, Merluza koskera ⁽⁴⁾ con patatas ⁽¹⁴⁾ 	Coliflor gratinada ^(1, 7) Ragout de pollo con patata y zanahoria baby Mandarina - Agua - Leche ⁽⁷⁾ - Pan ⁽¹⁾	Crema de zanahoria ECO ⁽¹⁴⁾ Canelones de atún ^(1,2,3,4,6,7,12) con ensalada de lechuga y aceitunas Manzana - Agua - Pan integral ^(1,6,11)	Paella con verduras y pollo (arroz integral) (pim., zanahoria, cebolla) Tortilla francesa ⁽³⁾ con ensalada de lechuga y maíz Plátano - Agua - Pan ⁽¹⁾				
	Macarrones integrales boloñesa ^(1,3) Salmón al eneldo ⁽⁴⁾ con ensalada lechuga y brotes soja ⁽⁶⁾ Manzana - Agua - Leche ⁽⁷⁾ - Pan ⁽¹⁾	Puré de verduras Tortilla francesa Lentejas estofadas con verduras ⁽¹⁾ (pim. rojo, pim.verde, zanahoria, cebolla) Tortilla de calabacín ⁽³⁾ con ensalada de lechuga y remolacha Plátano - Agua - Pan integral ^(1,6,11)	Arroz de meloso Tortilla francesa Crema de calabaza ECO Ternera estofada con patatas con ensalada de lechuga y tomate Naranja - Agua - Leche ⁽⁷⁾ - Pan ⁽¹⁾	Guisantes rehogados con jamón Pavo asado al horno Sopa de cocido ^(1,3) Cocido completo (garbanzo, patata, chorizo, ternera, pollo) Yogur ⁽⁷⁾ - Agua - Pan integral ^(1,6,11)	Verdura salteada Chuleta de sajonia NO LECTIVO NO LECTIVO				
Quiche de verduras Pollo en su salsa	Berenjena rellena de carne	Paella de verduras y marisco	Pisto Tortilla francesa de atún	FESTIVO					
NO LECTIVO	NO LECTIVO	NO LECTIVO	FESTIVO	FESTIVO					
NO LECTIVO	Brócoli con queso ⁽⁷⁾ Tortilla francesa de atún ^(3,4) con patatas Arroz con leche ⁽⁷⁾ - Agua - Pan integral ^(1,6,11)	DÍA DEL LIBRO Sopa de letras ^(1,3)  Librito de jamón y queso ^(1,3,6,7,10) con ensalada de lechuga y aceitunas Manzana - Agua - Leche ⁽⁷⁾ - Pan ⁽¹⁾	Alubias blancas ECO con verduras (pim.rojo, zanahoria, cebolla) Ragout de pollo con ensalada de lechuga y maíz Mandarina - Agua - Pan integral ^(1,6,11)	Arroz integral tres delicias ⁽³⁾ (tortilla, york y zanahoria) Merluza a la riojana ⁽⁴⁾ con ensalada de lechuga y tomate Yogur ⁽⁷⁾ - Agua - Pan ⁽¹⁾					
Crema de calabacín ECO Albóndigas de ternera 100% en salsa ^(1,3,7,9,10,11) con zanahoria Plátano - Agua - Leche ⁽⁷⁾ - Pan ⁽¹⁾	Crema de espárragos Gallo en su jugo Rissotto de pollo y verduras Salmón a la naranja ⁽⁴⁾ con ensalada de lechuga y maíz Manzana - Agua - Pan integral ^(1,6,11)	Menestra de verduras Alitas de pollo Lentejas a la jardinera ⁽¹⁾ Tortilla de patata ⁽³⁾ con ensalada de lechuga y zanahoria Fresas con leche ⁽⁷⁾ - Agua - Pan ⁽¹⁾	Coliflor rehogada con ajo y pimentón Tortilla de patatas	Judías verdes con jamón Salmon a la plancha					
Arroz con verduras Filete de ternera	Quinoa con verduras y pollo	Espaguetis con verduras Sardinas							

CREMA ZANAHORIA ECO: DÍA 3
 CREMA DE CALABAZA ECO: DÍA 9
 ALUBIAS BLANCAS ECO CON VERDURAS: DÍA 24
 CREMA DE CALABACÍN ECO: DÍA 28
 PAN INTEGRAL: DÍA 1,3,8,10,22,24,29

Valorado nutricionalmente por Lila Soto Tablado, Técnico Superior en Dietética y Nutrición.

La fruta podrá variar en función de su grado de madurez.
 Valoración nutricional en base a niños de 6 - 9 años.

Para cualquier consulta del menú o información de alérgenos, puedes enviar un correo a nuestra nutricionista a: calidadnutricion@gastromonialasmurallas.es



 1 CONTIENE GLUTEN	 2 CRUSTACEOS	 3 HUEVOS	 4 PESCADO	 5 CACAHUETES	 6 SOJA	 7 LACTEOS
 8 FRUTOS DE CÁSCARA	 9 AJO	 10 MOSTAZA	 11 GRANOS DE SESAMO	 12 MOLUSCO	 13 ALTRAMUCES	 14 SULFITOS