

MES: Mayo 2026

MIGUEL DE UNAMUNO

Lunes

Martes

Miércoles

Jueves

Viernes

Estos menús cumplen con el RD 315/2025 en cuanto a la información de los alérgenos disponiendo de ella en el comedor del centro o a través del responsable. LAS FRUTAS SERVIDAS SERÁN MANZANA, PERA, PLÁTANO Y NARANJA.

4
Salteado de arroz con curry de verduras
San Jacobo con ensalada fresca con maíz dulce
Fruta y pan
Stir-fried rice with vegetable curry
Cooked breaded ham & cheese escalope with fresh salad with sweetcorn
Fruit and bread

VE:3.189/763 GT:31 GS:4 HC:102 AZ:28 PROT:23 SAL:1

5
Verduras salteadas
Salmón a la parrilla con salsa de eneldo y miel con ensalada de tomate con cebolla
Fruta y pan integral
Stir fry vegetables
Grilled salmon with dill and honey sauce with onion & tomato salad
Fruit and wholemeal bread

VE:2.711/649 GT:28 GS:5 HC:71 AZ:33 PROT:30 SAL:2

6
Espaguetis a la boloñesa
Tortilla francesa de pavo con ensalada de lechuga y queso
Fruta y pan
Bolognese spaghetti
Turkey omelette with lettuce & cheese
Fruit and bread

VE:2.704/647 GT:20 GS:4 HC:113 AZ:26 PROT:31 SAL:2

7
Crema casera de calabaza dulce (eco.)
Albóndigas caseras con patatas dado asadas con ajo y romero
Yogur y pan integral
Homemade sweet pumpkin cream (eco.)
Homemade meatballs with roasted diced potatoes with garlic and rosemary
Yoghurt and wholemeal bread

VE:2.798/669 GT:34 GS:12 HC:59 AZ:14 PROT:33 SAL:1

8
Sopa de pasta con pasta integral
Cocido completo (sin garbanzos)
Fruta y pan
Pasta soup with wheat pasta
Full course "cocido" stew (without chickpeas)
Fruit and bread

VE:2.654/635 GT:10 GS:3 HC:108 AZ:28 PROT:32 SAL:1

11
Crema de verduras (eco.)
Magro a la plancha con ensalada fresca de lechuga con tomate
Fruta y pan
Vegetables cream (eco.)
Grilled lean with fresh lettuce salad with tomato
Fruit and bread

VE:2.537/607 GT:23 GS:5 HC:75 AZ:28 PROT:26 SAL:1

12
Macarrones (integrales) con salsa pesto
Fogonero con mojo con ensalada de lechuga y zanahoria rallada
Fruta (eco.) y pan integral
Macaroni (whole grain) with pesto
Pollock with mojo sauce with lettuce and carrot salad
Fruit and wholemeal bread

VE:3.104/743 GT:23 GS:3 HC:94 AZ:21 PROT:36 SAL:2

13
Gratén de coliflor con bechamel
Pollo tikka Masala con patatas fritas
Fruta y pan
Cauliflower cheese with bechamel sauce
Tikka Masala chicken with french fries
Fruit and bread

VE:4.405/1.054 GT:38 GS:10 HC:131 AZ:29 PROT:49 SAL:2

14
Patatas estofadas
Huevos revueltos con queso fundido con champiñones salteados
Fruta y pan integral
Stewed potatoes
Scrambled eggs with melted cheese with sautéed mushrooms
Fruit and wholemeal bread

VE:2.084/499 GT:7 GS:1 HC:85 AZ:26 PROT:26 SAL:2

15
FESTIVO

18
DIA SIN GLUTEN
Patatas gratinadas
Merluza a la bilbaína con ensalada fresca con maíz dulce
Fruta y pan (sin gluten)
Potatoes au gratin
Bilbain's style hake with fresh salad with sweetcorn
Fruit and bread (gluten free)

VE:2.624/628 GT:23 GS:5 HC:80 AZ:25 PROT:28 SAL:1

19
Sopa de arroz con arroz integral
Estofado de pavo con ensalada fresca de lechuga con tomate
Fruta (eco.) y pan integral
Rice soup with brown rice
Turkey stew with fresh lettuce salad with tomato
Fruit and wholemeal bread

VE:2.449/586 GT:13 GS:3 HC:83 AZ:18 PROT:31 SAL:3

20
Crema de calabacín con queso
Tortilla francesa con jamón serrano con ensalada y patatas fritas
Fruta y pan
Courgette soup with cheese
French omelette with red ham with salad & french fries
Fruit and bread

VE:2.993/716 GT:31 GS:4 HC:86 AZ:28 PROT:28 SAL:2

21
JGG AMERICANA
American mac'n cheese
Pollo asado con ensalada fresca de lechuga con tomate
Helado y pan integral
American mac'n cheese
Grilled chicken with fresh lettuce salad with tomato
Ice cream and wholemeal bread

VE:3.612/864 GT:29 GS:14 HC:97 AZ:27 PROT:50 SAL:1

22
Verduras salteadas
Albóndigas caseras con arroz salteado al ajillo
Fruta y pan
Stir fry vegetables
Homemade meatballs with sautéed rice in garlic
Fruit and bread

VE:2.947/705 GT:24 GS:9 HC:95 AZ:31 PROT:29 SAL:2

25
Vichyssoise
Escalope de cerdo con ensalada fresca con maíz dulce
Yogur y pan
Vichyssoise
Pork escalope (breaded steak) with fresh salad with sweetcorn
Yoghurt and bread

VE:3.490/835 GT:43 GS:11 HC:76 AZ:18 PROT:37 SAL:2

26
Verduras salteadas
Tortilla de patatas con brócoli salteado
Fruta y pan integral
Stir fry vegetables
Spanish omelette with sautéed broccoli
Fruit and wholemeal bread

VE:2.498/598 GT:20 GS:4 HC:84 AZ:31 PROT:24 SAL:2

27
Macarrones (integrales) con salsa pomodoro
Piccata de pollo al limón con ensalada fresca de lechuga con tomate
Fruta y pan
Macaroni (whole grain) with pomodoro sauce
Lemon chicken piccata with fresh lettuce salad with tomato
Fruit and bread

VE:3.049/729 GT:15 GS:3 HC:109 AZ:27 PROT:36 SAL:2

28
Crema casera de la huerta
Filete de ternera con patatas panaderas
Fruta y pan integral
Homemade garden cream
Beef steak with roasted potatoes
Fruit and wholemeal bread

VE:2.520/603 GT:16 GS:2 HC:79 AZ:27 PROT:39 SAL:1

29
Arroz con salsa de tomate
Abadejo en salsa de coco y cúrcuma con ensalada de lechuga y zanahoria
Fruta y pan
Rice with tomato sauce
Haddock in coconut sauce and turmeric with lettuce & carrot
Fruit and bread

VE:4.146/992 GT:46 GS:5 HC:126 AZ:25 PROT:33 SAL:1