

MENÚ ELABORADO POR EL DEPARTAMENTO DE NUTRICIÓN DE 

MES: Mayo 2026

LA SALLE DE CORDOBA

Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes	Sábado	Domingo	Valoración
				1 FESTIVO 1º Pasta 2º Carne con verdura y Lácteos (* 1º Verdura 2º Pescado con Patatas y Fruta)	2 1º Legumbres 2º Pescado con verdura y Lácteos 1º Verdura 2º Huevos con Patatas y Fruta	3 1º Arroz 2º Carne con Verdura y Lácteos 1º Verdura 2º Pescado con Legumbres y Fruta	VE: 0/0 GT: 0 GS: 0 HC: 0 AZ: 0 PROT: 0 SAL: 0
4 Lentejas con verduras de temporada(14) Tortilla de patata(8) al horno con ensalada fresca con aceitunas(14) Fruta de temporada y pan (1) (* 1º Verdura 2º Carne con Patatas y Fruta)	5 Crema casera de la huerta Lomo a la plancha con ensalada fresca con maíz dulce(14) Yogur(3) y pan integral(1) (* 1º Pasta 2º Huevos con Patatas y Fruta)	6 Arroz con pollo(14) Filete de abadejo a la andaluza(1,4) con ensalada de lechuga y brotes de soja(9,14) Fruta de temporada y pan(1) (* 1º Verdura 2º Carne con Legumbres y Lácteos)	7 Puré de calabacín Albóndigas veggie con salsa de Tomate(9,14) con patatas asadas(14) Fruta de temporada y pan(1) (* 1º Patatas 2º Pescado con Verdura y Lácteos)	8 Sopa casera de fideos con pasta integral(1,9,11,12) Pollo al horno (14) con zanahorias salteadas Fruta de temporada y pan integral(1) (* 1º Verdura 2º Carne con Verdura y Lácteos)	9 1º Verdura 2º Pescado con Pasta y Lácteos 1º Arroz 2º Huevos con Verdura y Fruta	10 1º Verdura 2º Carne con Pasta y Fruta 1º Legumbres 2º Pescado con Arroz y Lácteos	VE: 2726/652 GT: 19 GS: 4 HC: 91 AZ: 20 PROT: 31 SAL: 2
11 Espaguetis a la napolitana con pasta integral(1) Hamburguesa(1,9,14) al horno con ensalada fresca de lechuga con tomate(14) Fruta de temporada y pan(1) (* 1º Verdura 2º Huevos con Arroz y Lácteos)	12 Cocido de garbanzos Filete de merluza(4) en salsa marinera(14) (tomate, cebolla, ajo y especias) con guisantes salteados Yogur(3) y pan integral(1) (* 1º Verdura 2º Carne con Verdura y Fruta)	13 Puré de calabaza Lomo al horno con ensalada fresca con maíz dulce(14) Fruta de temporada y pan (1) (* 1º Pasta 2º Huevos con Patatas y Fruta)	14 Arroz a banda(4,5,14) Tortilla de espinacas(2) con ensalada fresca con aceitunas negras(14) Fruta de temporada y pan(1) (* 1º Verdura 2º Carne con Patatas y Fruta)	15 FESTIVO 1º Legumbres 2º Pescado con Verdura y Lácteos (* 1º Verdura 2º Carne con Patatas y Fruta)	16 1º Arroz 2º Pescado con Verdura y Lácteos 1º Verdura 2º Carne con Pasta y Fruta	17 1º Verdura 2º Carne con Pasta y Lácteos 1º Patatas 2º Pescado con Verdura y Lácteos	VE: 2850/682 GT: 16 GS: 4 HC: 99 AZ: 19 PROT: 36 SAL: 2
18 Sopa de ave con pasta integral(1,9,11,12) Lomo adobado con patatas fritas Fruta de temporada y pan(1) (* 1º Verdura 2º Pescado con Verdura y Fruta)	19 Lentejas guisadas con chorizo(14) Jamoncitos de pollo al limón(14) con ensalada fresca con aceitunas negras(14) Yogur(3) y pan integral(1) (* 1º Verdura 2º Huevos con Pasta y Fruta)	20 Ensalada completa (lechuga, zanahoria, tomate, aceitunas, maíz) (14) - Coditos(1,2,9,12) con boloñesa de soja(9) Fruta de temporada y pan(1) (* 1º Pasta 2º Pescado con Verdura y Fruta)	21 Patatas estofadas con verduras(14) Tortilla francesa(2) de jamón york con ensalada de lechuga y zanahoria(14) Fruta de temporada y pan(1) (* 1º Verdura 2º Carne con Pasta y Lácteos)	22 Arroz con salsa de tomate Ventresca de merluza(4) en salsa marinera(14) con ensalada fresca con maíz dulce(14) Fruta de temporada y pan integral(1) (* 1º Verdura 2º Carne con Patatas y Lácteos)	23 1º Verdura 2º Huevos con Legumbres y Lácteos 1º Legumbres 2º Carne con Verdura y Fruta	24 1º Verdura 2º Pescado con Patatas y Lácteos 1º Arroz 2º Carne con Verdura y Lácteos	VE: 2952/706 GT: 18 GS: 4 HC: 100 AZ: 19 PROT: 35 SAL: 2
25 Arroz tres delicias clásico(2) Tortilla de patata al horno(2) con salmorejo(1) Fruta de temporada y pan(1) (* 1º Verdura 2º Pescado con Patatas y Lácteos)	26 Cocido de garbanzos Ventresca de merluza(4) en salsa verde con ensalada fresca de lechuga con tomate(14) Fruta de temporada y pan integral(1) (* 1º Verdura 2º Carne con Pasta y Fruta)	27 Espaguetis (integrales) con salsa de tomate San Jacobo(1,2,3,4,5,6,7,8,9,10,11,12,13) con ensalada fresca con aceitunas negras(14) Yogur(3) y pan(1) (* 1º Verdura 2º Pescado con Legumbres y Fruta)	28 1 GLUTEN 8 CACAHUETE 2 HUEVO 9 SOJA 3 LECHE 10 SESAMO 4 PESCADO 11 APIO 5 MOLUSCOS 12 MOSTAZA 6 CRUSTÁCEOS 13 ALTRAMUZ 7 FRUTOS SECOS 14 SULTITOS	29 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.	30 1º Verdura 2º Carne con Arroz y Fruta 1º Arroz 2º Pescado con Verdura y Lácteos	31 1º Legumbres 2º Pescado con Verdura y Lácteos 1º Verdura 2º Carne con Patatas y Fruta	VE: 3200/766 GT: 25 GS: 4 HC: 103 AZ: 19 PROT: 31 SAL: 2

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

