



Noviembre 2025

CBASAL: BASAL

ADULTO / COMIDA / COMIDA DESDE 3º PRIMARIA A BACHILLERATO

Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes
3 KCal. 1017 H.C. 112 Lip. 47 P. 43 ALUBIAS CON VERDURAS TORTILLA DE PATATAS - CALABACÍN ASADO - POLLO AL HORNO - ENSALADA CON TOPPINGS ENSALADA CON LECHUGA, TOMATE Y BROTES DE SOJA FRUTA O LÁCTEO	4 KCal. 1166 H.C. 151 Lip. 50 P. 34 ARROZ MILANESA (magro, guisantes, pimiento) FINGERS DE PESCADO - ZANAHORIA BABY - LOMO ADOBADO - ENSALADA CON TOPPINGS LECHUGA ROMANA CON COL LOMBARDA Y RABANITOS FRUTA O LÁCTEO	5 KCal. 1004 H.C. 93 Lip. 52 P. 46 MACARRONES INTEGRALES CON SALSA DE QUESOS SALMÓN HORNO / PLANCHA - TOMATE ASADO - SALCHICHAS FRANKFURT - ENSALADA CON TOPPINGS ESCAROLA CON TOMATE Y PEREJIL FRUTA O LÁCTEO	6 KCal. 1094 H.C. 106 Lip. 50 P. 60 LENTEJAS CON CHORIZO LOMO ASADO - GUISANTES SALTEADOS CON CEBOLLA - FILETE DE MERLUZA ASADA - ENSALADA CON TOPPINGS ENSALADA DE COL CON SALSA DE YOGUR FRUTA O LÁCTEO	7 KCal. 1157 H.C. 140 Lip. 44 P. 51 HERVIDO VALENCIANO (Patata, judía y cebolla) JAMONCITO DE POLLO AL CHILINDRON (pimiento y cebolla) - BERENJENA ASADA - TORTILLA CON CALABACÍN - ENSALADA CON TOPPINGS RODAJAS DE TOMATE Y PEPINO CON ORÉGANO PAN DE CALATRAVA BAJO EN AZÚCAR
			13 KCal. 1051 H.C. 110 Lip. 52 P. 39 FIDEUÁ DE MARISCO CROQUETAS DE JAMÓN - PIMIENTO ITALIANO - FOGONERO A LA PROVENZAL - ENSALADA CON TOPPINGS ENSALADA CON LECHUGA, TOMATE Y ACEITUNAS FRUTA O LÁCTEO	14 KCal. 1135 H.C. 80 Lip. 69 P. 52 SOPA DE COCIDO / COCIDO COMPLETO TORTILLA FRANCESA - TOMATE ASADO - ENSALADA CON TOPPINGS ENSALADA COMPLETA DE ATÚN NATILLAS CASERAS (BAJO EN AZUCAR)
17 KCal. 1116 H.C. 123 Lip. 55 P. 38 OLLETA ALICANTINA (alubias, lentejas, patata, arroz) TORTILLA CON CHAMPINONES - PIMIENTOS ROJOS - MERLUZA AL LIMÓN - ENSALADA CON TOPPINGS ENSALADA CON LECHUGA, ESCAROLA, MAÍZ Y PIÑA FRUTA O LÁCTEO	18 KCal. 1033 H.C. 121 Lip. 44 P. 43 SOPA DE PICADILLO CON GARBANZOS Y PATATA (pollo, jamón y huevo) DELICIAS DE BACALAO EN SALSA DE MANZANA - PISTO DE HORTALIZAS - SOLOMILLO DE CERDO A LA NARANJA - ENSALADA CON TOPPINGS ENSALADA MEZCLUM (Lechugas variadas, tomate y zanahoria) FRUTA O LÁCTEO	19 KCal. 1240 H.C. 116 Lip. 69 P. 40 LACITOS BOSCAIOLA FOGONERO ASADO SOBRE CEBOLLA Y COL REHOGADA - BRÓCOLI - PANINI CASERO DE YORK Y QUESO - ENSALADA CON TOPPINGS ENSALADA CON VERDURAS DE TEMPORADA FRUTA O LÁCTEO	20 KCal. 785 H.C. 78 Lip. 39 P. 33 GUISADO DE VERDURAS POLLO AL AJILLO - CALABACÍN ASADO - EMPANADILLAS HORNEADAS - ENSALADA CON TOPPINGS ENSALADA CON FRUTA DE TEMPORADA FRUTA O LÁCTEO	21 KCal. 1882 H.C. 133 Lip. 138 P. 34 ARROZ AL HORNO (Morcilla, garbanzo, magro y panceta) REDONDO DE PAVO - VERDURAS ASADAS - ABADEJO ASADO - ENSALADA CON TOPPINGS ENSALADA CON LECHUGA, MAÍZ Y ZANAHORIA BIZCOCHO NARANJA CASERO BAJO EN AZUCAR
24 KCal. 1294 H.C. 165 Lip. 50 P. 49 LENTEJAS CON VERDURAS SAN JACOBO - GUISANTES ECOLÓGICOS - FILETE DE MERLUZA ASADA - ENSALADA CON TOPPINGS ENSALADA CON MANZANA FRUTA O LÁCTEO	25 KCal. 1244 H.C. 130 Lip. 65 P. 39 PAELLA VALENCIANA TORTILLA FRANCESA - SALTEADO DE RODAJAS DE ZANAHORIA - NUGGETS DE POLLO - ENSALADA CON TOPPINGS ENSALADA CON QUESO FRESCO FRUTA O LÁCTEO	26 KCal. 992 H.C. 103 Lip. 44 P. 52 ALUBIAS CON CHORIZO LOMO ASADO - PIMIENTO ITALIANO - HAMBURGUESA VEGETAL - ENSALADA CON TOPPINGS ENSALADA DE LA HUERTA FRUTA O LÁCTEO	27 KCal. 760 H.C. 73 Lip. 37 P. 37 PURÉ DE PATATA PAVO CON SALSA DE FRUTOS ROJOS - JUDÍAS CON JAMÓN - VENTRESCA DE MERLUZA EN SALSA CREMOSA DE CALABAZA - ENSALADA CON TOPPINGS DADOS DE BONIATO Y ENSALADA DE ZANAHORIA APPLE PIE	28 KCal. 955 H.C. 90 Lip. 53 P. 31 CREMA DE ZANAHORIA ECOLÓGICA CON PICATOSTES JAMONCITOS DE POLLO AL ROMERO - TOMATE ASADO - TORTILLA CON CALABACÍN - ENSALADA CON TOPPINGS ENSALADA TROPICAL (Lechuga, maíz y piña) FRUTA O LÁCTEO