

LUNES

MARTES

MIÉRCOLES

JUEVES

VIERNES

1

JUDIAS VERDES
CON JAMON
FILETE DE POLLO AJILLO
CON ENSALADA
FRUTA Y PAN

KCAL 553 PROT 36g HC 47g LIP 22g

2

GARBANZOS GUISADOS
CON VERDURAS
BACALAO REBOZADO
CON ENSALADA
FRUTA Y PAN

KCAL 742 PROT 32g HC 78g LIP 39g

3

PAELLA DE VERDURAS

LACON A LA GALLEGA
CON ENSALADA
POSTRE LACTEO Y PAN

KCAL 577 PROT 27g HC 70g LIP 20g



6

FIDEUA DE VERDURAS

HAMBURGUESA DE TERNERA
EN SALSA CON ENSALADA
FRUTA Y PAN

KCAL 509 PROT 21g HC 55g LIP 13g

7

JUDIAS BLANCAS
GUISADAS CON VERDURAS
TORTILLA DE PATATAS
CON ENSALADA
POSTRE LACTEO Y PAN

KCAL 543 PROT 23g HC 45g LIP 25g

8

CREMA DE VERDURAS
DE LA HUERTA
CANELONES DE ATUN
CON ENSALADA
FRUTA Y PAN

KCAL 650 PROT 19g HC 49g LIP 12g

9

ARROZ MILANESA

CINTA DE LOMO AL HORNO
CON PATATAS
FRUTA Y PAN

KCAL 582 PROT 20g HC 61g LIP 21g

10

GUISANTES REHOGADOS

POLLO SALSA NARANJA
CON ZANAHORIA
POSTRE LACTEO Y PAN

KCAL 543 PROT 36g HC 33g LIP 15g

13

CREMA DE BROCOLI

RODAJA MERLUZA
REBOZADA CON ENSALADA
FRUTA Y PAN

KCAL 535 PROT 27g HC 54g LIP 22g

14

ARROZ TRES DELICIAS

FILETE DE SAJONIA AL AJILLO
CON ENSALADA
POSTRE LACTEO Y PAN

KCAL 509 PROT 27g HC 68g LIP 16g

15

MENESTRA DE VERDURA

POLLO EN SALSA
CON ENSALADA
FRUTA Y PAN

KCAL 509 PROT 28g HC 48g LIP 21g

16

MACARRONES INTEGRALES
RIOJANA
ABADEJO A A VIZCAINA
CON PIMIENTO
FRUTA Y PAN

KCAL 540 PROT 25g HC 73g LIP 15g

17

SOPA DE COCIDO
CON FIDEOS
COCIDO COMPLETO
garbanzos , tocino, morcillo y chorizo
POSTRE LACTEO Y PAN

KCAL 697 PROT 36g HC 74g LIP 25g

20

LENTEJAS ECOLOGICAS
CON VERDURAS
TORTILLA DE PATATAS
CON ENSALADA
FRUTA Y PAN

KCAL 665 PROT 26g HC 78g LIP 23g

21

CREMA DE CALABAZA
Y ZANAHORIA
VARITAS DE MERLUZA
CON ENSALADAS
POSTRE LACTEO Y PAN

KCAL 602 PROT 19g HC 88g LIP 28g

22

ARROZ CON TOMATE

ALBONDIGAS MIXTAS EN SALSA
JARDINERA
FRUTA Y PAN

KCAL 701 PROT 21g HC 88g LIP 29g

23

JUDIAS PINTAS GUISADAS

MERLUZA EN SALSA NARANJA
CON ZANAHORIA
FRUTA Y PAN

KCAL 547 PROT 35g HC 59g LIP 15g

24

MENU ESPECIAL FIN DE CURSO
PASTA CARBONARA
POLLO CAJUN
CON ENSALADA
POSTRE Y PAN

KCAL 751 PROT 46g HC 76g LIP 28g



WWW.SICRESTAURACION.COM

Scolarest

LUNES

MARTES

MIÉRCOLES

JUEVES

VIERNES

5

JUDIAS VERDES
CON JAMON
FILETE DE POLLO AJILLO
CON ENSALADA
FRUTA Y PAN

KCAL 647 PROT 45g HC 69g LIP 19g

6

PASTA SIN GLUTEN
CON VERDURAS
HAMBURGUESA DE TERNERA
EN SALSA CON ENSALADA
FRUTA Y PAN

KCAL 444 PROT 12g HC 68g LIP 12g

7

JUDIAS BLANCAS
GUISADAS CON VERDURAS
SALCHICHAS DE PAVO
CON BERENJENA
POSTRE LACTEO Y PAN

KCAL 693 PROT 29g HC 73g LIP 27g

8

CREMA DE VERDURAS
DE LA HUERTA
ATUN SALSA PIMIENTA
CON ZANAHORIA
FRUTA Y PAN

KCAL 524 PROT 21g HC 52g LIP 16g

9

GARBANZOS GUIADOS
CON VERDURAS
BACALAO REBOZADO
CON ENSALADA
FRUTA Y PAN

KCAL 589 PROT 27g HC 76g LIP 18g

10

PAELLA DE VERDURAS
LACON A LA GALLEGA
CON ENSALADA
POSTRE LACTEO Y PAN

KCAL 605 PROT 25g HC 64g LIP 27g

11

ARROZ TRES DELICIAS
FILETE DE SAJONIA AL AJILLO
CON ENSALADA
POSTRE LACTEO Y PAN

KCAL 569 PROT 25g HC 76g LIP 18g

12

CREMA DE BROCOLI
MERLUZA EMPANADA DIETAS
CON VERDURA ASADA
FRUTA Y PAN

KCAL 439 PROT 24g HC 54g LIP 12g

13

MENESTRA DE VERDURA
POLLO EN SALSA
CON ENSALADA
FRUTA Y PAN

KCAL 616 PROT 22g HC 63g LIP 29g

14

ARROZ MILANESA
CINTA DE LOMO AL HORNO
CON PATATAS
FRUTA Y PAN

KCAL 482 PROT 22g HC 60g LIP 9.1g

15

GUISANTES REHOGADOS
POLLO SALSA NARANJA
CON ZANAHORIA
POSTRE LACTEO Y PAN

KCAL 697 PROT 36g HC 74g LIP 25g

16

SOPA DE AVE
CON FIDEOS SIN GLUTEN
COCIDO COMPLETO
garbanzos , tocino, morcillo y chorizo
POSTRE LACTEO Y PAN

KCAL 663 PROT 40g HC 76g LIP 21g

17

LENTEJAS ECOLOGICAS
CON VERDURAS
RAGU TERNERA SALSA
CON VERDURA ASADA
FRUTA Y PAN

KCAL 404 PROT 20g HC 49g LIP 11g

18

CREMA DE CALABAZA
Y ZANAHORIA
VÁRTAS DE MERLUZA
CON ENSALADAS
POSTRE LACTEO Y PAN

KCAL 734 PROT 28g HC 78g LIP 34g

19

ARROZ CON TOMATE
ALBONDIGAS MIXTAS EN SALSA
JARDINERA
FRUTA Y PAN

KCAL 515 PROT 33g HC 51g LIP 18g

20

JUDIAS PINTAS GUIADAS
MERLUZA EN SALSA NARANJA
CON ZANAHORIA
FRUTA Y PAN

KCAL 681 PROT 33g HC 78g LIP 23g

21

MENU ESPECIAL FIN DE CURSO
PASTA SIN GLUTEN CON BACON
POLLO CAJUN
CON ENSALADA
POSTRE Y PAN

KCAL 546 PROT 25g HC 75g LIP 15g

22

23

24



LUNES

MARTES

MIÉRCOLES

JUEVES

VIERNES

1
JUDIAS VERDES
CON JAMON
FILETE DE POLLO AJILLO
CON ENSALADA
FRUTA Y PAN

KCAL 647 PROT 45g HC 69g LIP 19g

2
GARBANZOS GUISADOS
CON VERDURAS
BACALAO REBOZADO
CON ENSALADA
FRUTA Y PAN

KCAL 589 PROT 27g HC 76g LIP 18g

3
PAELLA DE VERDURAS
LACON A LA GALLEGA
CON ENSALADA
POSTRE LACTEO Y PAN

KCAL 605 PROT 25g HC 64g LIP 27g

6
PASTA SIN GLUTEN
CON VERDURAS
HAMBURGUESA DE TERNERA
EN SALSAS CON ENSALADA
FRUTA Y PAN

KCAL 444 PROT 12g HC 68g LIP 12g

7
JUDIAS BLANCAS
GUISADAS CON VERDURAS
SALCHICHAS DE PAVO
CON BERENJENA
POSTRE LACTEO Y PAN

KCAL 693 PROT 29g HC 73g LIP 27g

8
CREMA DE VERDURAS
DE LA HUERTA
ATUN SALSAS PIMIENTA
CON ZANAHORIA
FRUTA Y PAN

KCAL 524 PROT 21g HC 52g LIP 16g

9
ARROZ MILANESA
CINTA DE LOMO AL HORNO
CON PATATAS
FRUTA Y PAN

KCAL 482 PROT 22g HC 60g LIP 9,1g

10
GUISANTES REHOGADOS
POLLO SALSAS NARANJA
CON ZANAHORIA
POSTRE LACTEO Y PAN

KCAL 697 PROT 36g HC 74g LIP 25g

13
CREMA DE BROCOLI
MERLUZA EMPANADA DIETAS
CON VERDURA ASADA
FRUTA Y PAN

KCAL 439 PROT 24g HC 54g LIP 12g

14
ARROZ TRES DELICIAS
FILETE DE SAJONIA AL AJILLO
CON ENSALADA
POSTRE LACTEO Y PAN

KCAL 569 PROT 25g HC 76g LIP 18g

15
MENESTRA DE VERDURA
POLLO EN SALSAS
CON ENSALADA
FRUTA Y PAN

KCAL 616 PROT 22g HC 63g LIP 29g

16
PASTA SIN GLUTEN
CON TOMATE
ABADEJO A A VIZCAINA
CON PIMIENTO
FRUTA Y PAN

KCAL 638 PROT 33g HC 66g LIP 23g

17
SOPA DE AVE
CON FIDEOS SIN GLUTEN
COCIDO COMPLETO
garbanzos , tocino, morcillo y chorizo
POSTRE LACTEO Y PAN

KCAL 663 PROT 40g HC 76g LIP 21g

20
LENTEJAS ECOLOGICAS
CON VERDURAS
RAGU TERNERA SALSAS
CON VERDURA ASADA
FRUTA Y PAN

KCAL 404 PROT 20g HC 49g LIP 11g

21
CREMA DE CALABAZA
Y ZANAHORIA
VARTAS DE MERLUZA
CON ENSALADAS
POSTRE LACTEO Y PAN

KCAL 734 PROT 28g HC 78g LIP 34g

22
ARROZ CON TOMATE
ALBONDIGAS MIXTAS EN SALSAS
JARDINERA
FRUTA Y PAN

KCAL 515 PROT 33g HC 51g LIP 18g

23
JUDIAS PINTAS GUISADAS
MERLUZA EN SALSAS NARANJA
CON ZANAHORIA
FRUTA Y PAN

KCAL 681 PROT 33g HC 78g LIP 23g

24
MENU ESPECIAL FIN DE CURSO
PASTA SIN GLUTEN CON BACON
POLLO CAJUN
CON ENSALADA
POSTRE Y PAN

KCAL 546 PROT 25g HC 75g LIP 15g



LUNES

MARTES

MIÉRCOLES

JUEVES

VIERNES

1

JUDIAS VERDES
CON JAMON
FILETE DE POLLO AJILLO
CON ENSALADA
FRUTA Y PAN

KCAL 647 PROT 45g HC 69g LIP 19g

2

GARBANZOS GUISADOS
CON VERDURAS
RAGU PAVO SALS
CON CALABAZA
FRUTA Y PAN

KCAL 589 PROT 27g HC 76g LIP 18g

3

PAELLA DE VERDURAS

LACON A LA GALLEGA
CON ENSALADA
POSTRE LACTEO Y PAN

KCAL 605 PROT 25g HC 64g LIP 27g

6

PASTA SIN GLUTEN
CON VERDURAS
HAMBURGUESA DE TERNERA
EN SALS CON ENSALADA
FRUTA Y PAN

KCAL 444 PROT 12g HC 68g LIP 12g

7

JUDIAS BLANCAS
GUISADAS CON VERDURAS
SALCHICHAS DE PAVO
CON BERENJENA
POSTRE LACTEO Y PAN

KCAL 693 PROT 29g HC 73g LIP 27g

8

CREMA DE VERDURAS
DE LA HUERTA
FILETE DE PAVO SALS
CON VERDURA ASADA
FRUTA Y PAN

KCAL 524 PROT 21g HC 52g LIP 36g

9

ARROZ MILANESA

CINTA DE LOMO AL HORNO
CON PATATAS
FRUTA Y PAN

KCAL 482 PROT 22g HC 69g LIP 9,1g

10

GUISANTES REHOGADOS

POLLO SALS NARANJA
CON ZANAHORIA
POSTRE LACTEO Y PAN

KCAL 697 PROT 36g HC 74g LIP 35g

13

CREMA DE BROCOLI
FILETE DE CERDO SALS
CON ZANAHORIA
FRUTA Y PAN

KCAL 439 PROT 24g HC 54g LIP 12g

14

ARROZ TRES DELICIAS
FILETE DE SAJONIA AL AJILLO
CON ENSALADA
POSTRE LACTEO Y PAN

KCAL 569 PROT 25g HC 76g LIP 18g

15

MENESTRA DE VERDURA
POLLO EN SALS
CON ENSALADA
FRUTA Y PAN

KCAL 616 PROT 22g HC 63g LIP 29g

16

PASTA SIN GLUTEN
CON TOMATE
RAGU DE TERNERA SALS
CON CALABAZA
FRUTA Y PAN

KCAL 638 PROT 33g HC 66g LIP 23g

17

SOPA DE AVE
CON FIDEOS SIN GLUTEN
COCIDO COMPLETO
garbanzos , tocino, morcillo y chorizo
POSTRE LACTEO Y PAN

KCAL 663 PROT 40g HC 76g LIP 21g

20

LENTEJAS ECOLOGICAS
CON VERDURAS
RAGU TERNERA SALS
CON VERDURA ASADA
FRUTA Y PAN

KCAL 404 PROT 20g HC 49g LIP 11g

21

CREMA DE CALABAZA
Y ZANAHORIA
FILETE DE PAVO SALS
CON ZANAHORIA
POSTRE LACTEO Y PAN

KCAL 734 PROT 28g HC 78g LIP 34g

22

ARROZ CON TOMATE
ALBONDIGAS MIXTAS EN SALS
JARDINERA
FRUTA Y PAN

KCAL 513 PROT 33g HC 51g LIP 18g

23

JUDIAS PINTAS GUISADAS
LACON A LA GALLEGA
CON ZANAHORIA
FRUTA Y PAN

KCAL 681 PROT 33g HC 78g LIP 23g

24

MENU ESPECIAL FIN DE CURSO
PASTA SIN GLUTEN CON BACON
POLLO CAJUN
CON ENSALADA
POSTRE Y PAN

KCAL 546 PROT 25g HC 75g LIP 15g



WWW.SICRESTAURACION.COM

Scolarest

LUNES

MARTES

MIÉRCOLES

JUEVES

VIERNES

1

JUDIAS VERDES
CON JAMON
FILETE DE POLLO AJILLO
CON ENSALADA
FRUTA Y PAN

KCAL 647 PROT 45 g HC 69 g LIP 19 g

2

GARBANZOS GUISADOS
CON VERDURAS
MERLUZA EMPANADA DIETAS
CON PIMIENTO
FRUTA Y PAN

KCAL 589 PROT 27 g HC 76 g LIP 18 g

3

PAELLA DE VERDURAS

LACON A LA GALLEGA
CON ENSALADA
FRUTA Y PAN

KCAL 605 PROT 25 g HC 64 g LIP 27 g

6

PASTA SIN GLUTEN
CON VERDURAS
HAMBURGUESA DE TERNERA
EN SALSA CON ENSALADA
FRUTA Y PAN

KCAL 444 PROT 12 g HC 68 g LIP 12 g

7

JUDIAS BLANCAS
GUISADAS CON VERDURAS
SALCHICHAS DE PAVO
CON BERENJENA
FRUTA Y PAN

KCAL 693 PROT 29 g HC 73 g LIP 27 g

8

CREMA DE VERDURAS
DE LA HUERTA
ATUN SALSA PIMIENTA
CON ZANAHORIA
FRUTA Y PAN

KCAL 524 PROT 22 g HC 52 g LIP 16 g

9

ARROZ CON TOMATE

CINTA DE LOMO AL HORNO
CON PATATAS
FRUTA Y PAN

KCAL 482 PROT 22 g HC 69 g LIP 9,1 g

10

GUISANTES REHOGADOS

POLLO SALSA NARANJA
CON ZANAHORIA
FRUTA Y PAN

KCAL 697 PROT 36 g HC 74 g LIP 25 g

13

CREMA DE BROCOLI

MERLUZA EMPANADA DIETAS
CON VERDURA ASADA
FRUTA Y PAN

KCAL 439 PROT 24 g HC 54 g LIP 12 g

14

ARROZ TRES DELICIAS

FILETE DE SAJONIA AL AJILLO
CON ENSALADA
FRUTA Y PAN

KCAL 569 PROT 25 g HC 76 g LIP 18 g

15

MENESTRA DE VERDURA

POLLO EN SALSA
CON ENSALADA
FRUTA Y PAN

KCAL 616 PROT 22 g HC 63 g LIP 29 g

16

PASTA SIN GLUTEN
CON TOMATE
ABADEJO A A VIZCAINA
CON PIMIENTO
FRUTA Y PAN

KCAL 638 PROT 33 g HC 66 g LIP 23 g

17

SOPA DE AVE
CON FIDEOS SIN GLUTEN
COCIDO COMPLETO
garbanzos , tocino, morcillo y chorizo
FRUTA Y PAN

KCAL 663 PROT 40 g HC 76 g LIP 21 g

20

LOMBARDA CON MANZANA

RAGU TERNERA SALSA
CON VERDURA ASADA
FRUTA Y PAN

KCAL 404 PROT 20 g HC 49 g LIP 11 g

21

CREMA DE CALABAZA
Y ZANAHORIA
VARITAS DE MERLUZA
CON ENSALADAS
FRUTA Y PAN

KCAL 734 PROT 28 g HC 78 g LIP 34 g

22

ARROZ CON TOMATE

ALBONDIGAS MIXTAS EN SALSA
JARDINERA
FRUTA Y PAN

KCAL 513 PROT 33 g HC 51 g LIP 18 g

23

JUDIAS PINTAS GUISADAS

MERLUZA EN SALSA NARANJA
CON ZANAHORIA
FRUTA Y PAN

KCAL 681 PROT 33 g HC 78 g LIP 23 g

24

MENU ESPECIAL FIN DE CURSO
PASTA SIN GLUTEN CON BACON
POLLO CAJUN
CON ENSALADA
FRUTA Y PAN

KCAL 546 PROT 25 g HC 75 g LIP 15 g



WWW.SICRESTAURACION.COM

Scolarest

LUNES

MARTES

MIÉRCOLES

JUEVES

VIERNES

1

JUDIAS VERDES
CON JAMON
FILETE DE POLLO AJILLO
CON ENSALADA
FRUTA Y PAN

KCAL 553 PROT 36g HC 47 g LIP 22g

2

GARBANZOS GUISADOS
CON VERDURAS
BACALAO REBOZADO
CON ENSALADA
FRUTA Y PAN

KCAL 742 PROT 32g HC 78 g LIP 29g

3

PAELLA DE VERDURAS

LACON A LA GALLEGA
CON ENSALADA
POSTRE LACTEO Y PAN

KCAL 577 PROT 27g HC 70g LIP 20g



6

FIDEUA DE VERDURAS

HAMBURGUESA DE TERNERA
EN SALSA CON ENSALADA
FRUTA Y PAN

KCAL 509 PROT 21g HC 55g LIP 13g

7

JUDIAS BLANCAS
GUISADAS CON VERDURAS
TORTILLA DE PATATAS
CON ENSALADA
POSTRE LACTEO Y PAN

KCAL 543 PROT 23g HC 45g LIP 25g

8

CREMA DE VERDURAS
DE LA HUERTA
CANELONES DE ATUN
CON ENSALADA
FRUTA Y PAN

KCAL 650 PROT 19g HC 49g LIP 15g

9

ARROZ MILANESA

CINTA DE LOMO AL HORNO
CON PATATAS
FRUTA Y PAN

KCAL 582 PROT 20g HC 61g LIP 21g

10

GUISANTES REHOGADOS

POLLO SALSA NARANJA
CON ZANAHORIA
POSTRE LACTEO Y PAN

KCAL 543 PROT 35g HC 33g LIP 15g

13

CREMA DE BROCOLI
RODAJA MERLUZA
REBOZADA CON ENSALADA
FRUTA Y PAN

KCAL 535 PROT 27g HC 54g LIP 22g

14

ARROZ TRES DELICIAS
FILETE DE SAJONIA AL AJILLO
CON ENSALADA
POSTRE LACTEO Y PAN

KCAL 559 PROT 27g HC 68g LIP 16g

15

MENESTRA DE VERDURA
POLLO EN SALSA
CON ENSALADA
FRUTA Y PAN

KCAL 509 PROT 28g HC 48g LIP 21g

16

MACARRONES INTEGRALES
RIOJANA
ABADEJO A A VIZCAINA
CON PIMIENTO
FRUTA Y PAN

KCAL 540 PROT 23g HC 73g LIP 15g

17

SOPA DE COCIDO
CON FIDEOS
COCIDO COMPLETO
garbanzos , tocino, morcillo y chorizo
POSTRE LACTEO Y PAN

KCAL 697 PROT 36g HC 74g LIP 25g

20

LENTEJAS ECOLOGICAS
CON VERDURAS
TORTILLA DE PATATAS
CON ENSALADA
FRUTA Y PAN

KCAL 665 PROT 26g HC 78g LIP 23g

21

CREMA DE CALABAZA
Y ZANAHORIA
VARITAS DE MERLUZA
CON ENSALADAS
POSTRE LACTEO Y PAN

KCAL 602 PROT 19g HC 68g LIP 28g

22

ARROZ CON TOMATE
ALBONDIGAS MIXTAS EN SALSA
JARDINERA
FRUTA Y PAN

KCAL 701 PROT 21g HC 88g LIP 29g

23

JUDIAS PINTAS GUISADAS
MERLUZA EN SALSA NARANJA
CON ZANAHORIA
FRUTA Y PAN

KCAL 547 PROT 35g HC 59g LIP 15g

24

MENU ESPECIAL FIN DE CURSO
PASTA CARBONARA
POLLO CAJUN
CON ENSALADA
POSTRE Y PAN

KCAL 751 PROT 46 HC 76g LIP 28g



WWW.SICRESTAURACION.COM

Scolarest

LUNES

MARTES

MIÉRCOLES

JUEVES

VIERNES

1
JUDIAS VERDES
CON JAMON
FILETE DE POLLO AJILLO
CON ENSALADA
FRUTA Y PAN

KCAL 553 PROT 36 g HC 47 g LIP 22 g

2
GARBANZOS GUISADOS
CON VERDURAS
BACALAO REBOZADO
CON ENSALADA
FRUTA Y PAN

KCAL 742 PROT 32 g HC 78 g LIP 29 g

3
PAELLA DE VERDURAS
LACON A LA GALLEGA
CON ENSALADA
POSTRE LACTEO Y PAN

KCAL 577 PROT 27 g HC 70 g LIP 20 g

6
FIDEUA DE VERDURAS
HAMBURGUESA DE TERNERA
EN SALSA CON ENSALADA
FRUTA Y PAN

KCAL 509 PROT 27 g HC 55 g LIP 13 g

7
JUDIAS BLANCAS
GUISADAS CON VERDURAS
TORTILLA DE PATATAS
CON ENSALADA
POSTRE LACTEO Y PAN

KCAL 543 PROT 23 g HC 45 g LIP 25 g

8
CREMA DE VERDURAS
DE LA HUERTA
CANELONES DE ATUN
CON ENSALADA
FRUTA Y PAN

KCAL 650 PROT 19 g HC 49 g LIP 22 g

9
ARROZ MILANESA
CINTA DE LOMO AL HORNO
CON PATATAS
FRUTA Y PAN

KCAL 582 PROT 20 g HC 61 g LIP 21 g

10
GUISANTES REHOGADOS
POLLO SALSA NARANJA
CON ZANAHORIA
POSTRE LACTEO Y PAN

KCAL 543 PROT 35 g HC 33 g LIP 15 g

13
CREMA DE BROCOLI
RODAJA MERLUZA
REBOZADA CON ENSALADA
FRUTA Y PAN

KCAL 535 PROT 27 g HC 54 g LIP 22 g

14
ARROZ TRES DELICIAS
FILETE DE SAJONIA AL AJILLO
CON ENSALADA
POSTRE LACTEO Y PAN

KCAL 559 PROT 27 g HC 68 g LIP 16 g

15
MENESTRA DE VERDURA
POLLO EN SALSA
CON ENSALADA
FRUTA Y PAN

KCAL 509 PROT 28 g HC 48 g LIP 21 g

16
MACARRONES INTEGRALES
RIOJANA
ABADEJO A A VIZCAINA
CON PIMIENTO
FRUTA Y PAN

KCAL 540 PROT 25 g HC 73 g LIP 15 g

17
SOPA DE COCIDO
CON FIDEOS
COCIDO COMPLETO
garbanzos , tocino, morcillo y chorizo
POSTRE LACTEO Y PAN

KCAL 697 PROT 36 g HC 74 g LIP 25 g

20
LENTEJAS ECOLOGICAS
CON VERDURAS
TORTILLA DE PATATAS
CON ENSALADA
FRUTA Y PAN

KCAL 665 PROT 26 g HC 78 g LIP 23 g

21
CREMA DE CALABAZA
Y ZANAHORIA
VARITAS DE MERLUZA
CON ENSALADAS
POSTRE LACTEO Y PAN

KCAL 602 PROT 19 g HC 68 g LIP 28 g

22
ARROZ CON TOMATE
ALBONDIGAS MIXTAS EN SALSA
JARDINERA
FRUTA Y PAN

KCAL 701 PROT 21 g HC 88 g LIP 29 g

23
JUDIAS PINTAS GUISADAS
MERLUZA EN SALSA NARANJA
CON ZANAHORIA
FRUTA Y PAN

KCAL 547 PROT 35 g HC 59 g LIP 15 g

24
MENU ESPECIAL FIN DE CURSO
PASTA CARBONARA
POLLO CAJUN
CON ENSALADA
POSTRE Y PAN

KCAL 751 PROT 46 g HC 76 g LIP 28 g



LUNES

MARTES

MIÉRCOLES

JUEVES

VIERNES

6 FIDEUA DE VERDURAS
HAMBURGUESA DE TERNERA
EN SALSA CON ENSALADA
FRUTA Y PAN

KCAL 444 PROT 12 g HC 68 g LIP 12 g

7 JUDIAS BLANCAS
GUISADAS CON VERDURAS
TORTILLA DE PATATAS
CON ENSALADA
POSTRE DE SOJA Y PAN

KCAL 693 PROT 29 g HC 73 g LIP 27 g

13 CREMA DE BROCOLI
MERLUZA EMPANADA DIETAS
CON VERDURA ASADA
FRUTA Y PAN

KCAL 439 PROT 24 g HC 54 g LIP 12 g

14 ARROZ TRES DELICIAS
FILETE DE SAJONIA AL AJILLO
CON ENSALADA
POSTRE DE SOJA Y PAN

KCAL 569 PROT 25 g HC 76 g LIP 18 g

20 LENTEJAS ECOLOGICAS
CON VERDURAS
TORTILLA DE PATATAS
CON ENSALADA
FRUTA Y PAN

KCAL 404 PROT 20 g HC 49 g LIP 11 g

21 CREMA DE CALABAZA
Y ZANAHORIA
VARITAS DE MERLUZA
CON ENSALADAS
POSTRE DE SOJA Y PAN

KCAL 734 PROT 28 g HC 78 g LIP 34 g

1 JUDIAS VERDES
CON JAMON
FILETE DE POLLO AJILLO
CON ENSALADA
FRUTA Y PAN

KCAL 647 PROT 45 g HC 69 g LIP 19 g

8 CREMA DE VERDURAS
DE LA HUERTA
ATUN SALSA PIMIENTA
CON ZANAHORIA
FRUTA Y PAN

KCAL 524 PROT 21 g HC 52 g LIP 16 g

15 MENESTRA DE VERDURA
POLLO EN SALSA
CON ENSALADA
FRUTA Y PAN

KCAL 616 PROT 22 g HC 63 g LIP 29 g

22 ARROZ CON TOMATE
ALBONDIGAS MIXTAS EN SALSA
JARDINERA
FRUTA Y PAN

KCAL 513 PROT 33 g HC 51 g LIP 18 g

2 GARBANZOS GUISADOS
CON VERDURAS
RAGU PAVO SALSA
CON CALABAZA
FRUTA Y PAN

KCAL 589 PROT 27 g HC 76 g LIP 18 g

9 ARROZ CON TOMATE
CINTA DE LOMO AL HORNO
CON PATATAS
FRUTA Y PAN

KCAL 482 PROT 22 g HC 69 g LIP 9.1 g

16 MACARRONES INTEGRALES
RIOJANA
ABADEJO A A VIZCAINA
CON PIMIENTO
FRUTA Y PAN

KCAL 638 PROT 33 g HC 66 g LIP 23 g

23 JUDIAS PINTAS GUISADAS
MERLUZA EN SALSA NARANJA
CON ZANAHORIA
FRUTA Y PAN

KCAL 681 PROT 33 g HC 78 g LIP 23 g

3 PAELLA DE VERDURAS
LACON A LA GALLEGA
CON ENSALADA
POSTRE DE SOJA Y PAN

KCAL 605 PROT 25 g HC 64 g LIP 27 g

10 GUISANTES REHOGADOS
POLLO SALSA NARANJA
CON ZANAHORIA
POSTRE DE SOJA Y PAN

KCAL 697 PROT 36 g HC 74 g LIP 25 g

17 SOPA DE COCIDO
CON FIDEOS
COCIDO COMPLETO
garbanzos , tocino, morcillo y chorizo
POSTRE DE SOJA Y PAN

KCAL 663 PROT 40 g HC 76 g LIP 21 g

24 MENU ESPECIAL FIN DE CURSO
PASTA CON VERDURAS WOK
POLLO CAJUN
CON ENSALADA
POSTRE DE SOJA Y PAN

KCAL 546 PROT 25 g HC 75 g LIP 15 g



WWW.SICRESTAURACION.COM

Scolarest

LUNES

MARTES

MIÉRCOLES

JUEVES

VIERNES

1
JUDIAS VERDES
CON JAMON
FILETE DE POLLO AJILLO
CON ENSALADA
FRUTA Y PAN

2
GARBANZOS GUISADOS
CON VERDURAS
RAGU PAVO SALSA
CON CALABAZA
FRUTA Y PAN

3
PAELLA DE VERDURAS
LACON A LA GALLEGA
CON ENSALADA
POSTRE DE SOJA Y PAN

6
FIDEUA DE VERDURAS
HAMBURGUESA DE TERNERA
EN SALSA CON ENSALADA
FRUTA Y PAN

7
JUDIAS BLANCAS
GUISADAS CON VERDURAS
TORTILLA DE PATATAS
CON ENSALADA
POSTRE DE SOJA Y PAN

8
CREMA DE VERDURAS
DE LA HUERTA
ATUN SALSA PIMIENTA
CON ZANAHORIA
FRUTA Y PAN

9
ARROZ CON TOMATE
CINTA DE LOMO AL HORNO
CON PATATAS
FRUTA Y PAN

10
GUISANTES REHOGADOS
POLLO SALSA NARANJA
CON ZANAHORIA
POSTRE DE SOJA Y PAN

13
CREMA DE BROCOLI
MERLUZA EMPANADA DIETAS
CON VERDURA ASADA
FRUTA Y PAN

14
ARROZ TRES DELICIAS
FILETE DE SAJONIA AL AJILLO
CON ENSALADA
POSTRE DE SOJA Y PAN

15
MENESTRA DE VERDURA
POLLO EN SALSA
CON ENSALADA
FRUTA Y PAN

16
MACARRONES INTEGRALES
RIOJANA
ABADEJO A A VIZCAINA
CON PIMIENTO
FRUTA Y PAN

17
SOPA DE COCIDO
CON FIDEOS
COCIDO COMPLETO
garbanzos , tocino, morcillo y chorizo
POSTRE DE SOJA Y PAN

20
LENTEJAS ECOLOGICAS
CON VERDURAS
TORTILLA DE PATATAS
CON ENSALADA
FRUTA Y PAN

21
CREMA DE CALABAZA
Y ZANAHORIA
VARITAS DE MERLUZA
CON ENSALADAS
POSTRE DE SOJA Y PAN

22
ARROZ CON TOMATE
ALBONDIGAS MIXTAS EN SALSA
JARDINERA
FRUTA Y PAN

23
JUDIAS PINTAS GUISADAS
MERLUZA EN SALSA NARANJA
CON ZANAHORIA
FRUTA Y PAN

24
MENU ESPECIAL FIN DE CURSO
PASTA CON VERDURAS WOK
POLLO CAJUN
CON ENSALADA
POSTRE DE SOJA Y PAN

KCAL 647 PROT 45g HC 69g LIP 19g

KCAL 589 PROT 27g HC 76g LIP 18g

KCAL 605 PROT 25g HC 64g LIP 27g

KCAL 444 PROT 12g HC 68g LIP 12g

KCAL 693 PROT 29g HC 73g LIP 27g

KCAL 524 PROT 21g HC 52g LIP 16g

KCAL 482 PROT 22g HC 69g LIP 9.1g

KCAL 697 PROT 36g HC 74g LIP 25g

KCAL 439 PROT 24g HC 54g LIP 12g

KCAL 569 PROT 25g HC 76g LIP 18g

KCAL 616 PROT 22g HC 63g LIP 29g

KCAL 638 PROT 33g HC 66g LIP 23g

KCAL 663 PROT 40g HC 76g LIP 21g

KCAL 404 PROT 20g HC 49g LIP 11g

KCAL 734 PROT 28g HC 78g LIP 34g

KCAL 513 PROT 33g HC 51g LIP 18g

KCAL 681 PROT 33g HC 78g LIP 23g

KCAL 546 PROT 25g HC 75g LIP 15g



LUNES

MARTES

MIÉRCOLES

JUEVES

VIERNES

6 PASTA SIN GLUTEN
CON VERDURAS
HAMBURGUESA DE TERNERA
EN SALSA CON PIMIENTO
FRUTA Y PAN
SIN GLUTEN

KCAL 444 PROT 12 g HC 68 g LIP 12 g

7 JUDIAS BLANCAS
GUIADAS CON VERDURAS
TORTILLA FRANCESA
CON CALABAZA
POSTRE LACTEO Y PAN
SIN GLUTEN

KCAL 693 PROT 29 g HC 73 g LIP 27 g

13 CREMA DE BROCOLI
MERLUZA EMPANADA DIETAS
CON VERDURA ASADA
FRUTA Y PAN
SIN GLUTEN

KCAL 439 PROT 24 g HC 54 g LIP 12 g

14 ARROZ TRES DELICIAS
FILETE DE SAJONIA AL AJILLO
CON PIMIENTO
POSTRE LACTEO Y PAN
SIN GLUTEN

KCAL 569 PROT 25 g HC 76 g LIP 18 g

20 LOMBARDA CON MANZANA
TORTILLA DE PATATAS
CON CALABAZA
FRUTA Y PAN
SIN GLUTEN

KCAL 404 PROT 20 g HC 49 g LIP 11 g

21 CREMA DE CALABAZA
MERLUZA EMPANADA DIETAS
CON CALABACIN
POSTRE LACTEO Y PAN
SIN GLUTEN

KCAL 734 PROT 28 g HC 78 g LIP 34 g

1 JUDIAS VERDES
REHOGADAS
FILETE DE POLLO AJILLO
CON CHAMPIÑON
FRUTA Y PAN
SIN GLUTEN

KCAL 647 PROT 45 g HC 69 g LIP 19 g

8 CREMA DE VERDURAS
DE LA HUERTA
ATUN SALSA PIMIENTA
CON ZANAHORIA
FRUTA Y PAN
SIN GLUTEN

KCAL 524 PROT 21 g HC 52 g LIP 16 g

15 MENESTRA DE VERDURA
RAGU POLLO SALSA
CON CALABACIN
FRUTA Y PAN
SIN GLUTEN

KCAL 616 PROT 22 g HC 63 g LIP 29 g

22 ARROZ CON TOMATE
HAMBURGUESA DE TERNERA
EN SALSA CON CALABAZA
FRUTA Y PAN
SIN GLUTEN

KCAL 513 PROT 33 g HC 51 g LIP 18 g

2 GARBANZOS GUIADOS
CON VERDURAS
MERLUZA EMPANADA DIETAS
CON PIMIENTO
FRUTA Y PAN
SIN GLUTEN

KCAL 589 PROT 27 g HC 76 g LIP 18 g

9 ARROZ MILANESA
CINTA DE LOMO AL HORNO
CON CHAMPIÑON
FRUTA Y PAN
SIN GLUTEN

KCAL 482 PROT 22 g HC 69 g LIP 9,1 g

16 PASTA SIN GLUTEN
CON TOMATE
ABADEJO A A VIZCAINA
CON PIMIENTO MORRON
FRUTA Y PAN
SIN GLUTEN

KCAL 638 PROT 33 g HC 66 g LIP 23 g

23 JUDIAS PINTAS CON VERDURA
MERLUZA EN SALSA NARANJA
CON ZANAHORIA
FRUTA Y PAN
SIN GLUTEN

KCAL 681 PROT 33 g HC 78 g LIP 23 g

3 ARROZ CON VERDURAS
LACON A LA GALLEGA
CON ZANAHORIA
POSTRE LACTEO Y PAN
SIN GLUTEN

KCAL 605 PROT 25 g HC 64 g LIP 27 g

10 GUIANTES REHOGADOS
POLLO SALSA NARANJA
CON ZANAHORIA
POSTRE LACTEO Y PAN
SIN GLUTEN

KCAL 697 PROT 36 g HC 74 g LIP 25 g

17 SOPA DE AVE
CON FIDEOS SIN GLUTEN
COCIDO COMPLETO
garbanzos , tocino, morcillo y chorizo
POSTRE LACTEO Y PAN
SIN GLUTEN

KCAL 663 PROT 40 g HC 76 g LIP 21 g

24 MENU ESPECIAL FIN DE CURSO
PASTA SIN GLUTEN
CON BACON
POLLO EMPANADO DIETAS CON BERENJENA
POSTRE LACTEO Y PAN
SIN GLUTEN

KCAL 546 PROT 25 g HC 75 g LIP 15 g



LUNES

MARTES

MIÉRCOLES

JUEVES

VIERNES

1

JUDIAS VERDES
REHOGADAS
FILETE DE POLLO AJILLO
CON CHAMPIÑÓN
FRUTA Y PAN
SIN GLUTEN

KCAL 647 PROT 45g HC 69g LIP 19g

2

GARBANZOS GUISADOS
CON VERDURAS
MERLUZA EMPANADA DIETAS
CON PIMIENTO
FRUTA Y PAN
SIN GLUTEN

KCAL 589 PROT 27g HC 76g LIP 18g

3

ARROZ CON VERDURAS

LACON A LA GALLEGA
CON ZANAHORIA
POSTRE LACTEO Y PAN
SIN GLUTEN

KCAL 605 PROT 26g HC 64g LIP 27g

6

PASTA SIN GLUTEN
CON VERDURAS
HAMBURGUESA DE TERNERA
EN SALSA CON PIMIENTO
FRUTA Y PAN
SIN GLUTEN

KCAL 444 PROT 12g HC 68g LIP 12g

7

JUDIAS BLANCAS
GUISADAS CON VERDURAS
TORTILLA FRANCESA
CON CALABAZA
POSTRE LACTEO Y PAN
SIN GLUTEN

KCAL 693 PROT 29g HC 73g LIP 27g

8

CREMA DE VERDURAS
DE LA HUERTA
ATUN SALSA PIMIENTA
CON ZANAHORIA
FRUTA Y PAN
SIN GLUTEN

KCAL 524 PROT 21g HC 52g LIP 16g

9

ARROZ MILANESA

CINTA DE LOMO AL HORNO
CON CHAMPIÑÓN
FRUTA Y PAN
SIN GLUTEN

KCAL 482 PROT 22g HC 69g LIP 9,1g

10

GUISANTES REHOGADOS

POLLO SALSA NARANJA
CON ZANAHORIA
POSTRE LACTEO Y PAN
SIN GLUTEN

KCAL 697 PROT 36g HC 74g LIP 25g

13

CREMA DE BROCOLI
MERLUZA EMPANADA DIETAS
CON VERDURA ASADA
FRUTA Y PAN
SIN GLUTEN

KCAL 439 PROT 24g HC 54g LIP 12g

14

ARROZ TRES DELICIAS
FILETE DE SAJONIA AL AJILLO
CON PIMIENTO
POSTRE LACTEO Y PAN
SIN GLUTEN

KCAL 569 PROT 25g HC 76g LIP 18g

15

MENESTRA DE VERDURA
RAGU POLLO SALSA
CON CALABACIN
FRUTA Y PAN
SIN GLUTEN

KCAL 616 PROT 22g HC 63g LIP 29g

16

PASTA SIN GLUTEN
CON TOMATE
ABADEJO A A VIZCAINA
CON PIMIENTO MORRON
FRUTA Y PAN
SIN GLUTEN

KCAL 638 PROT 33g HC 66g LIP 23g

17

SOPA DE AVE
CON FIDEOS SIN GLUTEN
COCIDO COMPLETO
garbanzos , tocino, morcillo y chorizo
POSTRE LACTEO Y PAN
SIN GLUTEN

KCAL 663 PROT 40g HC 76g LIP 21g

20

LENTEJAS ECOLOGICAS
CON VERDURAS
TORTILLA DE PATATAS
CON CALABAZA
FRUTA Y PAN
SIN GLUTEN

KCAL 404 PROT 20g HC 49g LIP 11g

21

CREMA DE CALABAZA
MERLUZA EMPANADA DIETAS
CON CALABACIN
POSTRE LACTEO Y PAN
SIN GLUTEN

KCAL 734 PROT 28g HC 78g LIP 34g

22

ARROZ CON TOMATE
HAMBURGUESA DE TERNERA
EN SALSA CON CALABAZA
FRUTA Y PAN
SIN GLUTEN

KCAL 513 PROT 33g HC 51g LIP 18g

23

JUDIAS PINTAS CON VERDURA
MERLUZA EN SALSA NARANJA
CON ZANAHORIA
FRUTA Y PAN
SIN GLUTEN

KCAL 681 PROT 33g HC 78g LIP 23g

24

MENU ESPECIAL FIN DE CURSO
PASTA SIN GLUTEN
CON BACON
POLLO EMPANADO DIETAS CON BERENJENA
POSTRE LACTEO Y PAN
SIN GLUTEN

KCAL 546 PROT 26g HC 75g LIP 15g



WWW.SICRESTAURACION.COM

Scolarest

LUNES

MARTES

MIÉRCOLES

JUEVES

VIERNES

6 PASTA SIN GLUTEN
CON VERDURAS
HAMBURGUESA DE TERNERA
EN SALSA CON PIMIENTO
FRUTA Y PAN
SIN GLUTEN

KCAL 444 PROT 12g HC 68g LIP 12g

7 JUDIAS BLANCAS
GUISADAS CON VERDURAS
TORTILLA FRANCESA
CON CALABAZA
FRUTA Y PAN
SIN GLUTEN

KCAL 693 PROT 29g HC 73g LIP 27g

1 JUDIAS VERDES
REHOGADAS
FILETE DE POLLO AJILLO
CON CHAMPIÑÓN
FRUTA Y PAN
SIN GLUTEN

KCAL 647 PROT 45g HC 69g LIP 19g

2 GARBANZOS GUISADOS
CON VERDURAS
MERLUZA EMPANADA DIETAS
CON PIMIENTO
FRUTA Y PAN
SIN GLUTEN

KCAL 589 PROT 27g HC 76g LIP 18g

3 ARROZ CON VERDURAS

LACON A LA GALLEGA
CON ZANAHORIA
FRUTA Y PAN
SIN GLUTEN

KCAL 605 PROT 25g HC 64g LIP 27g

13 CREMA DE BROCOLI
MERLUZA EMPANADA DIETAS
CON VERDURA ASADA
FRUTA Y PAN
SIN GLUTEN

KCAL 439 PROT 24g HC 54g LIP 12g

14 ARROZ TRES DELICIAS
FILETE DE SAJONIA AL AJILLO
CON PIMIENTO
FRUTA Y PAN
SIN GLUTEN

KCAL 569 PROT 25g HC 76g LIP 18g

15 MENESTRA DE VERDURA
RAGU POLLO SALSA
CON CALABACIN
FRUTA Y PAN
SIN GLUTEN

KCAL 616 PROT 22g HC 63g LIP 29g

16 PASTA SIN GLUTEN
CON TOMATE
ABADEJO A A VIZCAINA
CON PIMIENTO MORRON
FRUTA Y PAN
SIN GLUTEN

KCAL 638 PROT 33g HC 66g LIP 23g

17 SOPA DE AVE
CON FIDEOS SIN GLUTEN
COCIDO COMPLETO
garbanzos , tocino, morcillo y chorizo
FRUTA Y PAN
SIN GLUTEN

KCAL 663 PROT 40g HC 76g LIP 21g

20 LENTEJAS ECOLOGICAS
CON VERDURAS
TORTILLA DE PATATAS
CON CALABAZA
FRUTA Y PAN
SIN GLUTEN

KCAL 404 PROT 20g HC 49g LIP 11g

21 CREMA DE CALABAZA
MERLUZA EMPANADA DIETAS
CON CALABACIN
FRUTA Y PAN
SIN GLUTEN

KCAL 734 PROT 28g HC 78g LIP 34g

22 ARROZ CON TOMATE
HAMBURGUESA DE TERNERA
EN SALSA CON CALABAZA
FRUTA Y PAN
SIN GLUTEN

KCAL 513 PROT 33g HC 51g LIP 18g

23 JUDIAS PINTAS CON VERDURA
MERLUZA EN SALSA NARANJA
CON ZANAHORIA
FRUTA Y PAN
SIN GLUTEN

KCAL 681 PROT 33g HC 78g LIP 23g

24 MENU ESPECIAL FIN DE CURSO
PASTA SIN GLUTEN
CON BACON
POLLO EMPANADO DIETAS CON BERENJENA
FRUTA Y PAN
SIN GLUTEN

KCAL 546 PROT 25g HC 75g LIP 15g



LUNES

MARTES

MIÉRCOLES

JUEVES

VIERNES

6

FIDEUA DE VERDURAS

HAMBURGUESA DE TERNERA
EN SALSA CON ENSALADA
FRUTA Y PAN

KCAL 509 PROT 21g HC 35g LIP 13g

7

JUDIAS BLANCAS
GUISADAS CON VERDURAS
TORTILLA DE PATATAS
CON ENSALADA
POSTRE LACTEO Y PAN

KCAL 548 PROT 23g HC 45g LIP 25g

1

JUDIAS VERDES
CON JAMON
FILETE DE POLLO AJILLO
CON ENSALADA
FRUTA Y PAN

KCAL 553 PROT 36g HC 47g LIP 22g

2

GARBANZOS GUIADOS
CON VERDURAS
BACALAO REBOZADO
CON ENSALADA
FRUTA Y PAN

KCAL 742 PROT 32g HC 78g LIP 20g

3

PAELLA DE VERDURAS

LACON A LA GALLEGA
CON ENSALADA
POSTRE LACTEO Y PAN

KCAL 577 PROT 27g HC 70g LIP 20g

13

CREMA DE BROCOLI

RODAJA MERLUZA
REBOZADA CON ENSALADA
FRUTA Y PAN

KCAL 535 PROT 27g HC 54g LIP 22g

14

ARROZ TRES DELICIAS

FILETE DE SAJONIA AL AJILLO
CON ENSALADA
POSTRE LACTEO Y PAN

KCAL 559 PROT 27g HC 68g LIP 16g

8

CREMA DE VERDURAS
DE LA HUERTA
FILETE DE PAVO SALSA
CON VERDURA ASADA
FRUTA Y PAN

KCAL 600 PROT 19g HC 49g LIP 12g

9

ARROZ MILANESA

CINTA DE LOMO AL HORNO
CON PATATAS
FRUTA Y PAN

KCAL 582 PROT 20g HC 61g LIP 21g

10

GUISANTES REHOGADOS

POLLO SALSA NARANJA
CON ZANAHORIA
POSTRE LACTEO Y PAN

KCAL 543 PROT 35g HC 33g LIP 25g

20

LENTEJAS ECOLOGICAS
CON VERDURAS
TORTILLA DE PATATAS
CON ENSALADA
FRUTA Y PAN

KCAL 665 PROT 26g HC 78g LIP 23g

15

MENESTRA DE VERDURA

POLLO EN SALSA
CON ENSALADA
FRUTA Y PAN

KCAL 509 PROT 28g HC 48g LIP 21g

16

MACARRONES INTEGRALES
RIOJANA
RAGU TERNERA SALSA
CON CALABAZA
FRUTA Y PAN

KCAL 540 PROT 25g HC 73g LIP 15g

17

SOPA DE COCIDO
CON FIDEOS
COCIDO COMPLETO
garbanzos , tocino, morcillo y chorizo
POSTRE LACTEO Y PAN

KCAL 697 PROT 36g HC 74g LIP 25g

21

CREMA DE CALABAZA
Y ZANAHORIA
FILETE DE PAVO SALSA
CON ZANAHORIA
POSTRE LACTEO Y PAN

KCAL 602 PROT 19g HC 68g LIP 28g

22

ARROZ CON TOMATE

ALBONDIGAS MIXTAS EN SALSA
JARDINERA
FRUTA Y PAN

KCAL 701 PROT 21g HC 88g LIP 29g

23

JUDIAS PINTAS GUIADAS

LACON A LA GALLEGA
CON ZANAHORIA
FRUTA Y PAN

KCAL 547 PROT 35g HC 59g LIP 15g

24

MENU ESPECIAL FIN DE CURSO
PASTA CARBONARA
POLLO CAJUN
CON ENSALADA
POSTRE Y PAN

KCAL 751 PROT 46g HC 76g LIP 26g



LUNES

MARTES

MIÉRCOLES

JUEVES

VIERNES

1

JUDIAS VERDES
CON JAMON
FILETE DE PÓLLO AJILLO
CON ENSALADA
FRUTA Y PAN

KCAL 553 PROT 36g HC 47g LIP 22g

2

GARBANZOS GUISADOS
CON VERDURAS
BACALAO REBOZADO
CON ENSALADA
FRUTA Y PAN

KCAL 742 PROT 32g HC 78g LIP 29g

3

PAELLA DE VERDURAS

LACON A LA GALLEGA
CON ENSALADA
POSTRE LACTEO Y PAN

KCAL 577 PROT 27g HC 70g LIP 20g

6

FIDEUA DE VERDURAS

HAMBURGUESA DE TERNERA
EN SALSA CON ENSALADA
FRUTA Y PAN

KCAL 509 PROT 23g HC 55g LIP 13g

7

JUDIAS BLANCAS
GUISADAS CON VERDURAS
TORTILLA DE PATATAS
CON ENSALADA
POSTRE LACTEO Y PAN

KCAL 543 PROT 23g HC 45g LIP 25g

8

CREMA DE VERDURAS
DE LA HUERTA
CANELONES DE ATUN
CON ENSALADA
FRUTA Y PAN

KCAL 650 PROT 19g HC 49g LIP 12g

9

ARROZ MILANESA

CINTA DE LOMO AL HORNO
CON PATATAS
FRUTA Y PAN

KCAL 582 PROT 20g HC 61g LIP 21g

10

GUISANTES REHOGADOS

PÓLLO SALSA NARANJA
CON ZANAHORIA
POSTRE LACTEO Y PAN

KCAL 543 PROT 35g HC 33g LIP 15g

13

CREMA DE BROCOLI

RODAJA MERLUZA
REBOZADA CON ENSALADA
FRUTA Y PAN

KCAL 535 PROT 27g HC 54g LIP 22g

14

ARROZ TRES DELICIAS

FILETE DE SAJONIA AL AJILLO
CON ENSALADA
POSTRE LACTEO Y PAN

KCAL 559 PROT 27g HC 68g LIP 16g

15

MENESTRA DE VERDURA

PÓLLO EN SALSA
CON ENSALADA
FRUTA Y PAN

KCAL 509 PROT 28g HC 48g LIP 21g

16

MACARRONES A LA
RIOJANA
ABADEJO A A VIZCAINA
CON PIMIENTO
FRUTA Y PAN

KCAL 540 PROT 25g HC 73g LIP 15g

17

SOPA DE COCIDO
CON FIDEOS
COCIDO COMPLETO
garbanzos , tocino, morcillo y chorizo
POSTRE LACTEO Y PAN

KCAL 697 PROT 36g HC 74g LIP 25g

20

LOMBARDA CON MANZANA

TORTILLA DE PATATAS
CON ENSALADA
FRUTA Y PAN

KCAL 665 PROT 26g HC 78g LIP 23g

21

CREMA DE CALABAZA
Y ZANAHORIA
VARITAS DE MERLUZA
CON ENSALADAS
POSTRE LACTEO Y PAN

KCAL 602 PROT 19g HC 68g LIP 28g

22

ARROZ CON TOMATE

ALBONDIGAS MIXTAS EN SALSA
JARDINERA
FRUTA Y PAN

KCAL 701 PROT 21g HC 88g LIP 29g

23

JUDIAS PINTAS GUISADAS

MERLUZA EN SALSA NARANJA
CON ZANAHORIA
FRUTA Y PAN

KCAL 547 PROT 35g HC 59g LIP 15g

24

MENU ESPECIAL FIN DE CURSO
PASTA CARBONARA
PÓLLO CAJUN
CON ENSALADA
POSTRE Y PAN

KCAL 751 PROT 46g HC 76g LIP 28g



WWW.SICRESTAURACION.COM

Scolarest

LUNES

MARTES

MIÉRCOLES

JUEVES

VIERNES

		1	SOPA DE AVE FILETE DE POLLO AJILLO CON ENSALADA FRUTA Y PAN <small>KCAL 647 PROT 45g HC 69g LIP 19g</small>	2	BROCOLI REHOGADO BACALAO REBOZADO CON ENSALADA FRUTA Y PAN <small>KCAL 589 PROT 27g HC 76g LIP 18g</small>	3	ARROZ CON VERDURAS LACON A LA GALLEGA CON ENSALADA POSTRE LACTEO Y PAN <small>KCAL 605 PROT 25g HC 64g LIP 27g</small>		
6	FIDEUA DE VERDURAS RAGU TERNERA SALS A CON PIMIENTO FRUTA Y PAN <small>KCAL 444 PROT 12g HC 68g LIP 12g</small>	7	ARROZ CON CHAMPIÑÓN TORTILLA DE PATATAS CON ENSALADA POSTRE LACTEO Y PAN <small>KCAL 693 PROT 29g HC 73g LIP 27g</small>	8	CREMA DE VERDURAS DE LA HUERTA ATUN SALS PIMIENTA CON ZANAHORIA FRUTA Y PAN <small>KCAL 524 PROT 21g HC 52g LIP 16g</small>	9	ARROZ CON TOMATE MAGRO EN SALS A CON CHAMPIÑÓN FRUTA Y PAN <small>KCAL 482 PROT 22g HC 69g LIP 9,1g</small>	10	CREMA DE CALABAZA POLLO SALS NARANJA CON ZANAHORIA POSTRE LACTEO Y PAN <small>KCAL 697 PROT 36g HC 74g LIP 25g</small>
13	CREMA DE BROCOLI RODAJA MERLUZA REBOZADA CON ENSALADA FRUTA Y PAN <small>KCAL 439 PROT 24g HC 54g LIP 12g</small>	14	ARROZ TRES DELICIAS FILETE DE SAJONIA AL AJILLO CON ENSALADA POSTRE LACTEO Y PAN <small>KCAL 569 PROT 25g HC 76g LIP 18g</small>	15	PISTO DE VERDURAS POLLO EN SALS A CON ENSALADA FRUTA Y PAN <small>KCAL 616 PROT 22g HC 63g LIP 29g</small>	16	MACARRONES INTEGRALES RIOJANA ABADEJO A A VIZCAINA CON PIMIENTO FRUTA Y PAN <small>KCAL 638 PROT 33g HC 66g LIP 23g</small>	17	SOPA DE AVE TERNERA EN SALS A CON BERENJENA POSTRE LACTEO Y PAN <small>KCAL 603 PROT 40g HC 76g LIP 21g</small>
20	LOMBARDA CON MANZANA TORTILLA DE PATATAS CON ENSALADA FRUTA Y PAN <small>KCAL 665 PROT 26g HC 78g LIP 23g</small>	21	CREMA DE CALABAZA Y ZANAHORIA MERLUZA EMPANADA DIETAS CON CALABACIN POSTRE LACTEO Y PAN <small>KCAL 602 PROT 19g HC 68g LIP 28g</small>	22	ARROZ CON TOMATE RAGU TERNERA SALS CON CALABAZA FRUTA Y PAN <small>KCAL 701 PROT 21g HC 88g LIP 29g</small>	23	CREMA DE ESPINACAS MERLUZA EN SALS NARANJA CON ZANAHORIA FRUTA Y PAN <small>KCAL 547 PROT 35g HC 59g LIP 15g</small>	24	MENU ESPECIAL FIN DE CURSO PASTA CARBONARA POLLO CAJUN CON ENSALADA POSTRE Y PAN <small>KCAL 751 PROT 46g HC 76g LIP 26g</small>



WWW.SICRESTAURACION.COM

Scolarest

LUNES

MARTES

MIÉRCOLES

JUEVES

VIERNES

6 FIDEUA DE VERDURAS

HAMBURGUESA DE TERNERA
EN SALSA CON ENSALADA
FRUTA Y PAN

KCAL 444 PROT 12g HC 68g LIP 12g

7 JUDIAS BLANCAS
GUISADAS CON VERDURAS
TORTILLA DE PATATAS
CON ENSALADA
POSTRE LACTEO Y PAN

KCAL 699 PROT 29g HC 73g LIP 27g

13 CREMA DE BROCOLI
RODAJA MERLUZA
REBOZADA CON ENSALADA
FRUTA Y PAN

KCAL 439 PROT 24g HC 54g LIP 12g

14 ARROZ TRES DELICIAS
FILETE DE PAVO A LA MOSTAZA
CON PIMIENTO
POSTRE LACTEO Y PAN

KCAL 569 PROT 25g HC 76g LIP 18g

20 LENTEJAS ECOLOGICAS
CON VERDURAS
TORTILLA DE PATATAS
CON ENSALADA
FRUTA Y PAN

KCAL 404 PROT 20g HC 49g LIP 11g

21 CREMA DE CALABAZA
Y ZANAHORIA
VARITAS DE MERLUZA
CON ENSALADAS
POSTRE LACTEO Y PAN

KCAL 734 PROT 28g HC 78g LIP 34g

1 JUDIAS VERDES
REHOGADAS
FILETE DE POLLO AJILLO
CON ENSALADA
FRUTA Y PAN

KCAL 647 PROT 45g HC 69g LIP 19g

8 CREMA DE VERDURAS
DE LA HUERTA
CANELONES DE ATUN
CON ENSALADA
FRUTA Y PAN

KCAL 524 PROT 21g HC 52g LIP 16g

15 MENESTRA DE VERDURA
POLLO EN SALSA
CON ENSALADA
FRUTA Y PAN

KCAL 616 PROT 22g HC 63g LIP 29g

22 ARROZ CON TOMATE
FILETE DE PAVO AJILLO
CON CALABAZA
FRUTA Y PAN

KCAL 513 PROT 33g HC 51g LIP 18g

2 GARBANZOS GUISADOS
CON VERDURAS
BACALAO REBOZADO
CON ENSALADA
FRUTA Y PAN

KCAL 589 PROT 27g HC 76g LIP 15g

9 ARROZ MILANESA
FILETE DE PAVO FINAS HIERBAS
CON CALABAZA
FRUTA Y PAN

KCAL 482 PROT 22g HC 69g LIP 9,1g

16 PASTA CON TOMATE
ABADEJO A A VIZCAINA
CON PIMIENTO
FRUTA Y PAN

KCAL 638 PROT 33g HC 66g LIP 23g

23 JUDIAS PINTAS
CON VERDURAS
MERLUZA EN SALSA NARANJA
CON ZANAHORIA
FRUTA Y PAN

KCAL 681 PROT 33g HC 78g LIP 23g

3 PAELLA DE VERDURAS
SALCHICHAS DE PAVO
CON TOMATE Y BERENJENA
POSTRE LACTEO Y PAN

KCAL 605 PROT 25g HC 64g LIP 27g

10 GUI SANTES REHOGADOS
POLLO SALSA NARANJA
CON ZANAHORIA
POSTRE LACTEO Y PAN

KCAL 697 PROT 36g HC 74g LIP 25g

17 SOPA DE AVE
CON FIDEOS
COCIDO COMPLETO
garbanzos , falda , patata,zanahoria
POSTRE LACTEO Y PAN

KCAL 663 PROT 40g HC 76g LIP 21g

24 MENU ESPECIAL FIN DE CURSO
PASTA CON VERDURA WOK
POLLO CAJUN
CON ENSALADA
POSTRE Y PAN

KCAL 546 PROT 25g HC 75g LIP 16g



WWW.SICRESTAURACION.COM



LUNES

MARTES

MIÉRCOLES

JUEVES

VIERNES

1

JUDIAS VERDES
CON JAMON
FILETE DE POLLO AJILLO
CON ENSALADA
FRUTA Y PAN

KCAL 647 PROT 45 g HC 69 g LIP 19 g

2

GARBANZOS GUISADOS
CON VERDURAS
RAGU PAVO SALSA
CON CALABAZA
FRUTA Y PAN

KCAL 589 PROT 27 g HC 76 g LIP 18 g

3

PAELLA DE VERDURAS

LACON A LA GALLEGA
CON ENSALADA
POSTRE LACTEO Y PAN

KCAL 605 PROT 25 g HC 64 g LIP 27 g

6

FIDEUA DE VERDURAS

HAMBURGUESA DE TERNERA
EN SALSA CON ENSALADA
FRUTA Y PAN

KCAL 444 PROT 12 g HC 68 g LIP 12 g

7

JUDIAS BLANCAS
GUISADAS CON VERDURAS
TORTILLA DE PATATAS
CON ENSALADA
POSTRE LACTEO Y PAN

KCAL 693 PROT 29 g HC 73 g LIP 27 g

8

CREMA DE VERDURAS
DE LA HUERTA
FILETE DE PAVO SALSA
CON VERDURA ASADA
FRUTA Y PAN

KCAL 524 PROT 21 g HC 52 g LIP 16 g

9

ARROZ MILANESA

CINTA DE LOMO AL HORNO
CON PATATAS
FRUTA Y PAN

KCAL 482 PROT 22 g HC 69 g LIP 9,1 g

10

GUISANTES REHOGADOS

POLLO SALSA NARANJA
CON ZANAHORIA
POSTRE LACTEO Y PAN

KCAL 697 PROT 36 g HC 74 g LIP 25 g

13

CREMA DE BROCOLI

FILETE DE CERDO SALSA
CON ZANAHORIA
FRUTA Y PAN

KCAL 439 PROT 24 g HC 54 g LIP 12 g

14

ARROZ TRES DELICIAS

FILETE DE SAJONIA AL AJILLO
CON ENSALADA
POSTRE LACTEO Y PAN

KCAL 569 PROT 25 g HC 76 g LIP 18 g

15

MENESTRA DE VERDURA

POLLO EN SALSA
CON ENSALADA
FRUTA Y PAN

KCAL 616 PROT 22 g HC 63 g LIP 29 g

16

MACARRONES INTEGRALES
RIOJANA
RAGU DE TERNERA SALSA
CON CALABAZA
FRUTA Y PAN

KCAL 638 PROT 33 g HC 66 g LIP 23 g

17

SOPA DE COCIDO
CON FIDEOS
COCIDO COMPLETO
garbanzos , tocino, morcillo y chorizo
POSTRE LACTEO Y PAN

KCAL 663 PROT 40 g HC 76 g LIP 21 g

20

LENTEJAS ECOLOGICAS
CON VERDURAS
TORTILLA DE PATATAS
CON ENSALADA
FRUTA Y PAN

KCAL 404 PROT 20 g HC 49 g LIP 11 g

21

CREMA DE CALABAZA
Y ZANAHORIA
FILETE DE PAVO SALSA
CON ZANAHORIA
POSTRE LACTEO Y PAN

KCAL 734 PROT 28 g HC 78 g LIP 34 g

22

ARROZ CON TOMATE

ALBONDIGAS MIXTAS EN SALSA
JARDINERA
FRUTA Y PAN

KCAL 513 PROT 33 g HC 51 g LIP 18 g

23

JUDIAS PINTAS GUISADAS

LACON A LA GALLEGA
CON ZANAHORIA
FRUTA Y PAN

KCAL 681 PROT 33 g HC 76 g LIP 23 g

24

MENU ESPECIAL FIN DE CURSO
PASTA CARBONARA
POLLO CAJUN
CON ENSALADA
POSTRE Y PAN

KCAL 546 PROT 25 g HC 75 g LIP 15 g



WWW.SICRESTAURACION.COM

Scolarest

LUNES

MARTES

MIÉRCOLES

JUEVES

VIERNES

6
BROCOLI REHOGADO
HAMBURGUESA DE TERNERA
EN SALSA CON PIMIENTO
FRUTA Y PAN
KCAL 503 PROT 21g HC 71g LIP 7g

7
JUDIAS BLANCAS
GUISADAS CON VERDURAS
TORTILLA FRANCESA
CON CALABAZA
POSTRE LACTEO Y PAN
KCAL 545 PROT 25g HC 60g LIP 12g

8
CREMA DE VERDURAS
DE LA HUERTA
ATUN SALSA PIMIENTA
CON ZANAHORIA
FRUTA Y PAN
KCAL 394 PROT 17g HC 41g LIP 17g

9
CREMA DE ZANAHORIA
MAGRO EN SALSA
CON CHAMPIÑON
FRUTA Y PAN
KCAL 408 PROT 26g HC 36g LIP 17g

10
GUISANTES REHOGADOS
FILETE DE POLLO A LA NARANJA
CON ZANAHORIA
POSTRE LACTEO Y PAN
KCAL 459 PROT 37g HC 44g LIP 13g

13
CREMA DE BROCOLI
MERLUZA MENIERE
CON VERDURA ASADA
FRUTA Y PAN
KCAL 423 PROT 21g HC 56g LIP 11g

14
ÉMPEDRADO DE JUDIAS
TORTILLA FRANCESA
CON CALABAZA
POSTRE LACTEO Y PAN
KCAL 465 PROT 26g HC 66g LIP 11g

15
MENESTRA DE VERDURA
RAGU POLLO SALSA
CON CALABACIN
FRUTA Y PAN
KCAL 383 PROT 24g HC 42g LIP 12g

16
GAZPACHO
ABADEJO A A VIZCAINA
CON PIMIENTO MORRON
FRUTA Y PAN
KCAL 338 PROT 18g HC 38g LIP 11g

17
SOPA DE AVE
COCIDO COMPLETO
garbanzos ,falda, patata,zanahoria
POSTRE LACTEO Y PAN
KCAL 581 PROT 29g HC 81g LIP 14g

20
LENTEJAS CON VERDURAS
TORTILLA FRANCESA
CON CALABAZA
FRUTA Y PAN
KCAL 441 PROT 23g HC 55g LIP 11g

21
CREMA DE CALABAZA
Y ZANAHORIA
MERLUZA SALSA
AJILLO CON CALABACIN
POSTRE LACTEO Y PAN
KCAL 351 PROT 22g HC 42g LIP 10g

22
SALMOREJO
HAMBURGUESA TERNERA
SALSA CON CALABAZA
FRUTA Y PAN
KCAL 327 PROT 15g HC 36g LIP 8g

23
JUDIAS PINTAS
CON VERDURAS
MERLUZA EN SALSA NARANJA
CON ZANAHORIA
FRUTA Y PAN
KCAL 542 PROT 34g HC 64g LIP 11g

24
PASTA CON VERDURA WOK
FILETE DE POLLO FINAS HIERBAS
CON BERENJENA
POSTRE Y PAN
KCAL 341 PROT 26g HC 39g LIP 8g

1
JUDIAS VERDES
REHOGADAS
FILETE DE POLLO AJILLO
CON CHAMPIÑON
FRUTA Y PAN
KCAL 427 PROT 28g HC 46g LIP 13g

2
GARBANZOS GUISADOS
CON VERDURAS
MERLUZA ENCEBOLLADA
CON PIMIENTO
FRUTA Y PAN
KCAL 522 PROT 29g HC 71g LIP 12g

3
MENESTRA DE VERDURA
MAGRO EN SALSA
CON BERENJENA
POSTRE LACTEO Y PAN
KCAL 540 PROT 32g HC 70g LIP 14g

