

LUNES

MARTES

MIÉRCOLES

JUEVES

VIERNES

Fecha	Menú	Cal	Prot	HC	Gr
6	Lentejas con verduras Tortilla de patata con ensalada Fruta y pan	656	26	76	23
7	ARROZ CON TOMATE Merluza al ajillo con verdura asada Fruta y pan	592	29	72	20
8	Guisantes rehogados Albóndigas mixtas (BURGER MEAT) en salsa con patatas Fruta y pan	666	24	68	30
9	Sopa de cocido Cocido completo Fruta y pan	773	41	82	29
10	Crema de puerros Bacalao rebozado con ensalada Postre lacteo y pan	648	23	67	29
13	MACARRONES INTEGRALES napolitana Merluza en salsa verde con guisantes Fruta y pan	572	29	76	16
14	Judias pintas con verduras Tortilla francesa Queso Fruta y pan	566	30	58	20
15	DIA DE SAN ISIDRO				
16	FESTIVO				
17	Crema de zanahoria Carrilleras estofadas con champiñón Postre lacteo y pan	605	35	63	22
20	Lentejas con verduras Palometa con tomate y PISTO Fruta y pan	612	30	80	16
21	ARROZ ESTILO MARROQUI ESTOFADO DE POLLO ECUATORIANO Fruta y pan	490	23	72	12
22	Crema de calabacin Jamon york villaroy con ensalada Fruta y pan	625	18	89	20
23	ESPAGUETIS con tomate Abadejo en salsa marinera con zanahoria Fruta y pan	493	22	76	11
24	Sopa de cocido Cocido completo Postre lacteo y pan	820	44	88	31
27	Crema de calabaza Merluza MENIER CON CALABACIN Fruta y pan	521	25	77	12
28	ALUBIAS blancas con verduras Cinta de lomo al ajillo Verdura asada Fruta y pan	579	33	63	18
29	Judias verdes rehogadas Tortilla de patata con ensalada Fruta y pan	505	13	58	22
30	Garbanzos con verduras Canelones de atún Fruta y pan	675	28	89	22
31	MACARRONES con tomate y chorizo Fingers de pollo con patatas Postre lacteo y pan	709	22	101	24

DIA DEL TRABAJADOR

DIA DE LA COMUNIDAD DE MADRID

DIA NO LECTIVO



DIA DE SAN ISIDRO

FESTIVO

SIC [WWW.SICRESTAURACION.COM](http://WWW.SICRESTAURACION.COM)



LUNES

MARTES

MIÉRCOLES

JUEVES

VIERNES

6

Lentejas con verduras

Tortilla de patata con ensalada

Fruta y pan

Cal 656 Prot 26 HC 76 Gr 23

13

MACARRONES INTEGRALES napolitana

Merluza en salsa verde con guisantes

Fruta y pan

Cal 572 Prot 29 HC 76 Gr 16

20

Lentejas con verduras

Palometa con tomate y pisto

Fruta y pan

Cal 612 Prot 30 HC 80 Gr 16

27

Crema de calabaza

Merluza MENIER

CON CALABACIN

Fruta y pan

Cal 521 Prot 25 HC 77 Gr 12

7

ARROZ CON TOMATE

Merluza al ajillo con verdura asada

Fruta y pan

Cal 592 Prot 29 HC 72 Gr 20

14

Judias pintas con verduras

Tortilla francesa

Queso

Fruta y pan

Cal 566 Prot 30 HC 58 Gr 20

21

ARROZ ESTILO MARROQUI

ESTOFADO DE POLLO ECUATORIANO

Fruta y pan

Cal 490 Prot 23 HC 72 Gr 12

28

ALUBIAS blancas con verduras

Cinta de lomo al ajillo

Verdura asada

Fruta y pan

Cal 579 Prot 33 HC 63 Gr 18

1

DIA DEL TRABAJADOR

8

Guisantes rehogados

Albóndigas mixtas (BURGER MEAT) en salsa con patatas

Fruta y pan

Cal 666 Prot 24 HC 68 Gr 30

15

DIA DE SAN ISIDRO

Cal 625 Prot 18 HC 89 Gr 20

22

Crema de calabacin

Jamon york villaroy con ensalada

Fruta y pan

29

Judias verdes rehogadas

Tortilla de patata con ensalada

Fruta y pan

Cal 505 Prot 13 HC 58 Gr 22

2

DIA DE LA COMUNIDAD DE MADRID

9

Sopa de cocido

Cocido completo

Fruta y pan

Cal 773 Prot 41 HC 82 Gr 29

16

FESTIVO

Cal 493 Prot 22 HC 76 Gr 11

23

ESPAGUETIS con tomate

Abadejo en salsa marinera con zanahoria

Fruta y pan

30

Garbanzos con verduras

Canelones de atún

Fruta y pan

Cal 675 Prot 28 HC 89 Gr 22

3

DIA NO LECTIVO

10

Crema de puerros

Bacalao rebozado con ensalada

Postre lacteo y pan

Cal 648 Prot 23 HC 67 Gr 29

17

Crema de zanahoria

Carrilleras estofadas con champiñón

Postre lacteo y pan

Cal 605 Prot 35 HC 63 Gr 22

24

Sopa de cocido

Cocido completo

Postre lacteo y pan

31

MACARRONES con tomate y chorizo

Fingers de pollo con patatas

Postre lacteo y pan

Cal 709 Prot 22 HC 101 Gr 24



LUNES

MARTES

MIÉRCOLES

JUEVES

VIERNES

6 Lentejas con verduras  
Tortilla de patata  
con ensalada  
Fruta y pan

Cal 656 Prot 26 HC 76 Gr 23

7 ARROZ CON TOMATE  
Merluza al ajillo  
con verdura asada  
Fruta y pan

Cal 592 Prot 29 HC 72 Gr 20

1 DIA DEL TRABAJADOR

8 Guisantes rehogados  
Albóndigas mixtas (BURGER MEAT)  
en salsa con patatas  
Fruta y pan

Cal 666 Prot 24 HC 68 Gr 30

2 DIA DE LA COMUNIDAD DE MADRID

9 Sopa de cocido  
Cocido completo  
Fruta y pan

Cal 773 Prot 41 HC 82 Gr 29

3 DIA NO LECTIVO

10 Crema de puerros  
Bacalao rebozado  
con ensalada  
Postre lacteo y pan

Cal 648 Prot 23 HC 67 Gr 29

13 MACARRONES INTEGRALES napolitana  
Merluza en salsa verde con guisantes  
Fruta y pan

Cal 572 Prot 29 HC 76 Gr 16

14 Judias pintas con verduras  
Tortilla francesa  
con zanahoria  
Fruta y pan

Cal 566 Prot 30 HC 58 Gr 20

15 DIA DE SAN ISIDRO

22 Crema de calabacin  
Filete de sajonia  
con pimiento morron  
Fruta y pan

Cal 625 Prot 18 HC 89 Gr 20

16 FESTIVO

23 ESPAGUETIS con tomate  
Abadejo en salsa marinera con zanahoria  
Fruta y pan

Cal 493 Prot 22 HC 76 Gr 11

17 Crema de zanahoria  
Carrilleras estofadas  
con champiñón  
Postre lacteo y pan

Cal 605 Prot 35 HC 63 Gr 22

20 Lentejas con verduras  
Palometa con tomate y PISTO  
Fruta y pan

Cal 612 Prot 30 HC 80 Gr 16

21 ARROZ ESTILO MARROQUI  
ESTOFADO DE POLLO ECUATORIANO  
Fruta y pan

Cal 490 Prot 23 HC 72 Gr 12

29 Judias verdes rehogadas  
Tortilla de patata  
con ensalada  
Fruta y pan

Cal 505 Prot 13 HC 58 Gr 22

30 Garbanzos con verduras  
Atún a la riojana  
con pimiento morron  
Fruta y pan

Cal 675 Prot 28 HC 89 Gr 22

24 Sopa de cocido  
Cocido completo  
Postre lacteo y pan

Cal 820 Prot 44 HC 88 Gr 31

27 Crema de calabaza  
Merluza MENIER  
CON CALABACIN  
Fruta y pan

Cal 521 Prot 25 HC 77 Gr 12

28 ALUBIAS blancas con verduras  
Cinta de lomo al ajillo  
Verdura asada  
Fruta y pan

Cal 579 Prot 33 HC 63 Gr 18

29 Judias verdes rehogadas  
Tortilla de patata  
con ensalada  
Fruta y pan

Cal 505 Prot 13 HC 58 Gr 22

30 Garbanzos con verduras  
Atún a la riojana  
con pimiento morron  
Fruta y pan

Cal 675 Prot 28 HC 89 Gr 22

31 MACARRONES con tomate y chorizo  
Fingers de pollo  
con patatas  
Postre lacteo y pan

Cal 709 Prot 22 HC 101 Gr 24





LUNES

MARTES

MIÉRCOLES

JUEVES

VIERNES

Fecha	Menú	Cal	Prot	HC	Gr	Observaciones
6	Lentejas con verduras Tortilla de patata con ensalada Fruta y pan	656	26	76	23	
7	ARROZ CON TOMATE LACON GALLEGA CON VERDURA ASADA Fruta y pan	592	29	72	20	
8	Guisantes rehogados Albóndigas mixtas (BURGER MEAT) en salsa con patatas Fruta y pan	666	24	68	30	DIA DEL TRABAJADOR
9	Sopa de cocido Cocido completo Fruta y pan	773	41	82	29	DIA DE LA COMUNIDAD DE MADRID
10	Crema de puerros FILETE DE PAVO AL LIMON con ensalada Postre lacteo y pan	648	23	67	29	DIA NO LECTIVO
13	MACARRONES INTEGRALES napolitana RAGU DE PAVO ESTOFADO CON CALABACIN Fruta y pan	572	29	76	16	
14	Judias pintas con verduras Tortilla francesa Queso Fruta y pan	566	30	58	20	
15						DIA DE SAN ISIDRO
16						FESTIVO
17	Crema de zanahoria Carrilleras estofadas con champiñón Postre lacteo y pan	605	35	63	22	
20	Lentejas con verduras RAGU DE PAVO ESTOFADO CON VERDURA ASADA Fruta y pan	612	30	80	16	
21	ARROZ ESTILO MARROQUI ESTOFADO DE POLLO ECUATORIANO Fruta y pan	490	23	72	12	
22	Crema de calabacin FILETE DE SAJONIA AJILLO Y PIMIENTO MORRON Fruta y pan	625	18	89	20	
23	ESPAGUETIS con tomate FILETE DE POLLO EN SALSA CON ZANAHORIA Fruta y pan	493	22	76	11	
24	Sopa de cocido Cocido completo Postre lacteo y pan	820	44	88	31	
27	Crema de calabaza FILETE DE PAVO PROVENZAL CON CALABACIN Fruta y pan	521	25	77	12	
28	ALUBÍAS blancas con verduras Cinta de lomo al ajillo Verdura asada Fruta y pan	579	33	63	18	
29	Judias verdes rehogadas Tortilla de patata con ensalada Fruta y pan	505	13	58	22	
30	Garbanzos con verduras RAGU DE PAVO RIOJANA CON PIMIENTO MORRON Fruta y pan	675	28	89	22	
31	MACARRONES con tomate y ajo Fingers de pollo con patatas Postre lacteo y pan	709	22	101	24	



LUNES

MARTES

MIÉRCOLES

JUEVES

VIERNES

Fecha	Menú	Cal	Prot	HC	Gr	Observaciones
6	Lentejas con verduras Tortilla de patata con ensalada Fruta y pan	656	26	76	23	
7	ARROZ CON TOMATE LACON GALLEGA CON VERDURA ASADA Fruta y pan	592	29	72	20	
8	Guisantes rehogados Albóndigas mixtas (BURGER MEAT) en salsa con patatas Fruta y pan	666	24	68	30	DIA DEL TRABAJADOR
9	Sopa de cocido Cocido completo Fruta y pan	773	41	82	29	DIA DE LA COMUNIDAD DE MADRID
10	Crema de puerros FILETE DE PAVO AL LIMON con ensalada Postre lacteo y pan	648	23	67	29	DIA NO LECTIVO
13	MACARRONES INTEGRALES napolitana RAGU DE PAVO ESTOFADO CON CALABACIN Fruta y pan	572	29	76	16	
14	Judias pintas con verduras Tortilla francesa Queso Fruta y pan	566	30	58	20	
15						DIA DE SAN ISIDRO
16						FESTIVO
17	Crema de zanahoria Carrilleras estofadas con champiñón Postre lacteo y pan	605	35	63	22	
20	Lentejas con verduras RAGU DE PAVO ESTOFADO CON VERDURA ASADA Fruta y pan	612	30	80	16	
21	ARROZ ESTILO MARROQUI ESTOFADO DE POLLO ECUATORIANO Fruta y pan	490	23	72	12	
22	Crema de calabacin FILETE DE SAJONIA AJILLO Y PIMIENTO MORRON Fruta y pan	625	18	89	20	
23	ESPAGUETIS con tomate FILETE DE POLLO EN SALSA CON ZANAHORIA Fruta y pan	493	22	76	11	
24	Sopa de cocido Cocido completo Postre lacteo y pan	820	44	88	31	
27	Crema de calabaza FILETE DE PAVO PROVENZAL CON CALABACIN Fruta y pan	521	25	77	12	
28	ALUBÍAS blancas con verduras Cinta de lomo al ajillo Verdura asada Fruta y pan	579	33	63	18	
29	Judias verdes rehogadas Tortilla de patata con ensalada Fruta y pan	505	13	58	22	
30	Garbanzos con verduras RAGU DE PAVO RIOJANA CON PIMIENTO MORRON Fruta y pan	675	28	89	22	
31	MACARRONES con tomate y ajo Fingers de pollo con patatas Postre lacteo y pan	709	22	101	24	



LUNES

MARTES

MIÉRCOLES

JUEVES

VIERNES

6 Lentejas con verduras  
Tortilla de patata  
con ensalada  
Fruta y pan  
Cal 656 Prot 26 HC 76 Gr 23

7 ARROZ AL AJILLO  
Merluza al ajillo  
con verdura asada  
Fruta y pan  
Cal 592 Prot 29 HC 72 Gr 20

1 DIA DEL TRABAJADOR  
8 Guisantes rehogados  
Albóndigas mixtas (BURGER MEAT)  
en salsa con patatas  
Fruta y pan  
Cal 666 Prot 24 HC 68 Gr 30

2 DIA DE LA COMUNIDAD DE MADRID  
9 Sopa de cocido  
Cocido completo  
Fruta y pan  
Cal 773 Prot 41 HC 82 Gr 29

3 DIA NO LECTIVO  
10 Crema de puerros  
Bacalao rebozado  
con ensalada  
Postre lacteo y pan  
Cal 648 Prot 23 HC 67 Gr 29

13 Pasta con salsa zanahoria  
Merluza en salsa verde con guisantes  
Fruta y pan  
Cal 572 Prot 29 HC 76 Gr 16

14 Judías pintas con verduras  
Tortilla francesa  
Queso  
Fruta y pan  
Cal 566 Prot 30 HC 58 Gr 20

15 DIA DE SAN ISIDRO  
16 FESTIVO

17 Crema de zanahoria  
Magro estofado  
con champiñón  
Postre lacteo y pan  
Cal 605 Prot 35 HC 63 Gr 22

20 Lentejas con verduras  
Merluza al horno  
Con verdura asada  
Fruta y pan  
Cal 612 Prot 30 HC 80 Gr 16

21 ARROZ ESTILO MARROQUI  
POLLO AL CURRY CON PATATA VAPOR  
Fruta y pan  
Cal 490 Prot 23 HC 72 Gr 12

22 Crema de calabacin  
Jamon york villaroy  
con ensalada  
Fruta y pan  
Cal 625 Prot 18 HC 89 Gr 20

23 Pasta al ajillo  
Abadejo en salsa marinera con zanahoria  
Fruta y pan  
Cal 493 Prot 22 HC 76 Gr 11

24 Sopa de cocido  
Cocido completo  
Postre lacteo y pan  
Cal 820 Prot 44 HC 88 Gr 31

27 Crema de calabaza  
Merluza PROVENZAL  
CON CALABACIN  
Fruta y pan  
Cal 521 Prot 25 HC 77 Gr 12

28 ALUBIAS blancas con verduras  
Cinta de lomo al ajillo  
Verdura asada  
Fruta y pan  
Cal 579 Prot 33 HC 63 Gr 18

29 Judías verdes rehogadas  
Tortilla de patata  
con ensalada  
Fruta y pan  
Cal 505 Prot 13 HC 58 Gr 22

30 Garbanzos con verduras  
MERLUZA HORNO CON PIMIENTO MORRON  
Fruta y pan  
Cal 675 Prot 28 HC 89 Gr 22

31 Pasta al ajillo  
Fingers de pollo  
con patatas  
Postre lacteo y pan  
Cal 709 Prot 22 HC 101 Gr 24





LUNES

MARTES

MIÉRCOLES

JUEVES

VIERNES

Fecha	Menú	Cal	Prot	HC	Gr
1	DIA DEL TRABAJADOR				
2	DIA DE LA COMUNIDAD DE MADRID				
3	DIA NO LECTIVO				
6	Lentejas con verduras Tortilla de patata con ensalada Fruta y pan	656	26	76	23
7	ARROZ CON TOMATE Merluza al ajillo con verdura asada Fruta y pan	592	29	72	20
8	Guisantes rehogados Albóndigas mixtas (BURGER MEAT) en salsa con patatas Fruta y pan	666	24	68	30
9	Sopa de cocido Cocido completo Fruta y pan	773	41	82	29
10	Crema de puerros Bacalao rebozado con ensalada Postre lacteo y pan	648	23	67	29
13	MACARRONES INTEGRALES napolitana Merluza en salsa verde con guisantes Fruta y pan	572	29	76	16
14	Judías pintas con verduras Tortilla francesa Queso Fruta y pan	566	30	58	20
15	DIA DE SAN ISIDRO				
16	FESTIVO				
17	Crema de zanahoria Carrilleras estofadas con champiñón Postre lacteo y pan	605	35	63	22
20	Lentejas con verduras Palometa con tomate y PISTO Fruta y pan	612	30	80	16
21	ARROZ ESTILO MARROQUI ESTOFADO DE POLLO ECUATORIANO Fruta y pan	490	23	72	12
22	Crema de calabacín Jamón york villaroy con ensalada Fruta y pan	625	18	89	20
23	ESPAGUETIS con tomate Abadejo en salsa marinera con zanahoria Fruta y pan	493	22	76	11
24	Sopa de cocido Cocido completo Postre lacteo y pan	820	44	88	31
27	Crema de calabaza Merluza MENIER CON CALABACIN Fruta y pan	521	25	77	12
28	ALUBIAS blancas con verduras Cinta de lomo al ajillo Verdura asada Fruta y pan	579	33	63	18
29	Judías verdes rehogadas Tortilla de patata con ensalada Fruta y pan	505	13	58	22
30	Garbanzos con verduras Canelones de atún Fruta y pan	675	28	89	22
31	MACARRONES con tomate y chorizo Fingers de pollo con patatas Postre lacteo y pan	709	22	101	24



SIC [WWW.SICRESTAURACION.COM](http://WWW.SICRESTAURACION.COM)





Comienza  
con un buen  
**DESAYUNO**

¡Te damos la bienvenida  
a nuestro comedor  
escolar seguro!

Pan, cereales o  
derivados

Leche o  
derivados

Fruta fresca  
y hortalizas

**LOS GUARDIANES DE LA SALUD**

1  
Estamos preparados para  
garantizar la Seguridad de los niños  
y niñas en el aula-comedor.

2  
Desarrollamos e implantamos  
nuestros Protocolos de Seguridad y  
Prevención, verificados por Bureau  
• Veritas Certification.

3  
El bienestar de todas las  
familias es nuestra prioridad.

Si hemos Comido:

Cereales, féculas  
o legumbres

Verduras

Carne

Pescado

Huevo

Fruta

Lácteos

Podemos Cenar:

Hortalizas crudas  
o legumbres cocidas

Cereales o féculas

Pescado o huevo

Carne magra o huevo

Pescado o carne magra

Lácteos o fruta

Fruta



BUREAU  
VERITAS

Notas

Empresa adherida al PLAN de colaboración para la mejora de la composición de los alimentos y bebidas y otras medidas 2020

En caso de alergias o intolerancias procurar mantener una buena alimentación sustituyendo los alimentos no tolerados por otros dentro de la misma familia.

Nuestra empresa somete a congelación el pescado que vaya a ser consumido crudo o poco hecho, según establece el RD 1420/2006. Según lo establecido en el RE 1169/2011, la cocina dispone de información sobre el contenido en alérgenos de los menús elaborados.

Scolarest



LUNES

MARTES

MIÉRCOLES

JUEVES

VIERNES

6  
PURE ZANAHORIA  
Tortilla francesa con zanahoria  
Fruta y pan  
Cal 521 Prot 23 HC 68 Gr 17

7  
ARROZ AJILLO  
MERLUZA HORNO  
Fruta y pan  
Cal 542 Prot 27 HC 77 Gr 13

1  
DIA DEL TRABAJADOR  
8  
Guisantes rehogados  
POLLO AL HORNO  
Fruta y pan  
Cal 460 Prot 23 HC 56 Gr 7

2  
DIA DE LA COMUNIDAD DE MADRID  
9  
Sopa de ave  
Cocido (garbanzo,patata,MORCILLO)  
Fruta y pan  
Cal 668 Prot 33 HC 90 Gr 18

3  
DIA NO LECTIVO  
10  
Crema de puerros  
MERLUZA HORNO  
con ensalada  
Postre desnatado y pan  
Cal 389 Prot 28 HC 39 Gr 16

13  
PASTA AJILLO  
MERLUZA HORNO  
Fruta y pan  
Cal 541 Prot 27 HC 77 Gr 13

14  
PURE ZANAHORIA  
Tortilla francesa con zanahoria  
Fruta y pan  
Cal 509 Prot 24 HC 56 Gr 17

15  
DIA DE SAN ISIDRO  
22  
Crema de calabacin  
POLLO HORNO  
CON ENSALADA  
Fruta y pan  
Cal 396 Prot 23 HC 42 Gr 13

16  
FESTIVO  
23  
PASTA AJILLO  
MERLUZA HORNO  
CON ZANAHORIA  
Fruta y pan  
Cal 474 Prot 22 HC 77 Gr 8,2

17  
24  
Crema de zanahoria  
POLLO HORNO  
Postre lacteo y pan  
Cal 515 Prot 30 HC 53 Gr 19

20  
PURE ZANAHORIA  
MERLUZA HORNO  
Fruta y pan  
Cal 605 Prot 28 HC 85 Gr 17

21  
ARROZ AJILLO  
POLLO HORNO  
Fruta y pan  
Cal 535 Prot 37 HC 71 Gr 10

29  
Judías verdes rehogadas  
Tortilla francesa con zanahoria  
Fruta y pan  
Cal 410 Prot 13 HC 49 Gr 16

30  
ARROZ AJILLO  
MERLUZA HORNO CON PIMIENTO MORRON  
Fruta y pan  
Cal 613 Prot 44 HC 66 Gr 22

24  
Sopa de ave  
Cocido (garbanzo,patata,MORCILLO)  
Postre desnatado y pan  
Cal 681 Prot 37 HC 84 Gr 22

27  
Crema de calabaza  
MERLUZA HORNO  
con caLABACIN  
Fruta y pan  
Cal 417 Prot 21 HC 55 Gr 12

28  
BROCOLI REHOGADO  
POLLO HORNO  
Fruta y pan  
Cal 496 Prot 31 HC 73 Gr 9,3

29  
Judías verdes rehogadas  
Tortilla francesa con zanahoria  
Fruta y pan  
Cal 410 Prot 13 HC 49 Gr 16

30  
ARROZ AJILLO  
MERLUZA HORNO CON PIMIENTO MORRON  
Fruta y pan  
Cal 613 Prot 44 HC 66 Gr 22

31  
Pasta AJILLO  
POLLO HORNO  
Postre desnatado y pan  
Cal 467 Prot 26 HC 67 Gr 9,9



LUNES

MARTES

MIÉRCOLES

JUEVES

VIERNES

6  
PURE ZANAHORIA  
Tortilla francesa con zanahoria  
Fruta y pan  
Cal 521 Prot 23 HC 68 Gr 17

7  
ARROZ AJILLO  
MERLUZA HORNO  
Fruta y pan  
Cal 542 Prot 27 HC 77 Gr 13

1  
DIA DEL TRABAJADOR  
8  
Guisantes rehogados  
POLLO AL HORNO  
Fruta y pan  
Cal 460 Prot 23 HC 56 Gr 7

2  
DIA DE LA COMUNIDAD DE MADRID  
9  
Sopa de ave  
Cocido (garbanzo,patata,MORCILLO)  
Fruta y pan  
Cal 668 Prot 33 HC 90 Gr 18

3  
DIA NO LECTIVO  
10  
Crema de puerros  
MERLUZA HORNO  
con ensalada  
Postre desnatado y pan  
Cal 389 Prot 28 HC 39 Gr 16

13  
PASTA AJILLO  
MERLUZA HORNO  
Fruta y pan  
Cal 541 Prot 27 HC 77 Gr 13

14  
PURE ZANAHORIA  
Tortilla francesa con zanahoria  
Fruta y pan  
Cal 509 Prot 24 HC 56 Gr 17

15  
DIA DE SAN ISIDRO  
22  
Crema de calabacin  
POLLO HORNO  
CON ENSALADA  
Fruta y pan  
Cal 396 Prot 23 HC 42 Gr 13

16  
FESTIVO  
23  
PASTA AJILLO  
MERLUZA HORNO  
CON ZANAHORIA  
Fruta y pan  
Cal 474 Prot 22 HC 77 Gr 8,2

17  
24  
Crema de zanahoria  
POLLO HORNO  
Postre lacteo y pan  
Cal 515 Prot 30 HC 53 Gr 19

20  
PURE ZANAHORIA  
MERLUZA HORNO  
Fruta y pan  
Cal 605 Prot 28 HC 85 Gr 17

21  
ARROZ AJILLO  
POLLO HORNO  
Fruta y pan  
Cal 535 Prot 37 HC 71 Gr 10

29  
Judías verdes rehogadas  
Tortilla francesa con zanahoria  
Fruta y pan  
Cal 410 Prot 13 HC 49 Gr 16

30  
ARROZ AJILLO  
MERLUZA HORNO CON PIMIENTO MORRON  
Fruta y pan  
Cal 613 Prot 44 HC 66 Gr 22

24  
Sopa de ave  
Cocido (garbanzo,patata,MORCILLO)  
Postre desnatado y pan  
Cal 681 Prot 37 HC 84 Gr 22

27  
Crema de calabaza  
MERLUZA HORNO  
con caLABACIN  
Fruta y pan  
Cal 417 Prot 21 HC 55 Gr 12

28  
BROCOLI REHOGADO  
POLLO HORNO  
Fruta y pan  
Cal 496 Prot 31 HC 73 Gr 9,3

29  
Judías verdes rehogadas  
Tortilla francesa con zanahoria  
Fruta y pan  
Cal 410 Prot 13 HC 49 Gr 16

30  
ARROZ AJILLO  
MERLUZA HORNO CON PIMIENTO MORRON  
Fruta y pan  
Cal 613 Prot 44 HC 66 Gr 22

31  
Pasta AJILLO  
POLLO HORNO  
Postre desnatado y pan  
Cal 467 Prot 26 HC 67 Gr 9,9



WWW.SICRESTAURACION.COM



LUNES

MARTES

MIÉRCOLES

JUEVES

VIERNES

6 Lentejas con verduras  
Tortilla de patata con ensalada  
Fruta y pan

Cal 656 Prot 26 HC 76 Gr 23

13 Pasta con salsa de zanahoria  
Merluza en salsa verde con guisantes  
Fruta y pan

Cal 572 Prot 29 HC 76 Gr 16

20 Lentejas con verduras  
Palometa con tomate y pisto  
Fruta y pan

Cal 612 Prot 30 HC 80 Gr 16

27 Crema de calabaza  
Merluza MENIER CON CALABACIN  
Fruta y pan

Cal 531 Prot 25 HC 77 Gr 12

7 ARROZ CON TOMATE  
Merluza al ajillo con verdura asada  
Fruta y pan

Cal 592 Prot 29 HC 72 Gr 20

14 Judias pintas con verduras  
Tortilla francesa  
Queso  
Fruta y pan

Cal 566 Prot 30 HC 58 Gr 20

21 ARROZ CON VERDURA WOK  
ESTOFADO DE POLLO ECUATORIANO  
Fruta y pan

Cal 490 Prot 23 HC 72 Gr 12

28 ALUBIAS blancas con verduras  
Cinta de lomo al ajillo  
Verdura asada  
Fruta y pan

Cal 570 Prot 23 HC 63 Gr 18

1 DIA DEL TRABAJADOR  
8 Guisantes rehogados  
Hamburguesa de ternera encebollada con patatas  
Fruta y pan

Cal 666 Prot 24 HC 68 Gr 30

15 DIA DE SAN ISIDRO  
22 Crema de calabacin  
Tortilla de patata con zanahoria  
Fruta y pan

Cal 625 Prot 18 HC 89 Gr 20

29 ALUBIAS blancas con verduras  
BACALAO al ajillo con verdura asada  
Fruta y pan

Cal 505 Prot 13 HC 58 Gr 22

2 DIA DE LA COMUNIDAD DE MADRID  
9 Sopa de ave  
Cocido (garbanzo,falda,patata,zanahoria)  
Fruta y pan

Cal 773 Prot 41 HC 82 Gr 29

16 FESTIVO

Cal 493 Prot 22 HC 76 Gr 11

23 ESPAGUETIS con tomate  
Abadejo en salsa marinera con zanahoria  
Fruta y pan  
30 Garbanzos con verduras  
Canelones de atún  
Fruta y pan

Cal 675 Prot 28 HC 80 Gr 22

3 DIA NO LECTIVO  
10 Crema de puerros  
Bacalao rebozado con ensalada  
Postre lacteo y pan

Cal 648 Prot 23 HC 67 Gr 29

17 Crema de zanahoria  
Totilla de patata con champiñón  
Postre lacteo y pan

Cal 605 Prot 35 HC 63 Gr 22

24 Sopa de ave  
Cocido (garbanzo,falda,patata,zanahoria)  
Postre lacteo y pan  
31 Pasta con tomate PROVENZAL  
Fingers de pollo con patatas  
Postre lacteo y pan

Cal 700 Prot 22 HC 101 Gr 24





LUNES

MARTES

MIÉRCOLES

JUEVES

VIERNES

Fecha	Día	Comida	Cal	Prot	HC	Gr
1	MIÉRCOLES	DIA DEL TRABAJADOR				
2	JUEVES	DIA DE LA COMUNIDAD DE MADRID				
3	VIERNES	DIA NO LECTIVO				
6	LUNES	Lentejas con verduras Tortilla de patata con ensalada Fruta y pan	656	26	76	23
7	MARTES	ARROZ CON TOMATE Merluza al ajillo con verdura asada Fruta y pan	592	29	72	20
8	MIÉRCOLES	Guisantes rehogados Albóndigas mixtas (BURGER MEAT) en salsa con patatas Fruta y pan	666	24	68	30
9	JUEVES	Sopa de cocido Cocido completo Fruta y pan	773	41	82	29
10	VIERNES	Crema de puerros Bacalao rebozado con ensalada Postre lacteo y pan	648	23	67	29
13	LUNES	MACARRONES INTEGRALES napolitana Merluza en salsa verde con guisantes Fruta y pan	572	29	76	16
14	MARTES	Judías pintas con verduras Tortilla francesa Queso Fruta y pan	566	30	58	20
15	MIÉRCOLES	DIA DE SAN ISIDRO				
16	JUEVES	FESTIVO				
17	VIERNES	Crema de zanahoria Carrilleras estofadas con champiñón Postre lacteo y pan	605	35	63	22
20	LUNES	Lentejas con verduras Palometa con tomate y PISTO Fruta y pan	612	30	80	16
21	MARTES	ARROZ ESTILO MARROQUI ESTOFADO DE POLLO ECUATORIANO Fruta y pan	490	23	72	12
22	MIÉRCOLES	Crema de calabacín Jamon york villaroy con ensalada Fruta y pan	625	18	89	20
23	JUEVES	ESPAGUETIS con tomate Abadejo en salsa marinera con zanahoria Fruta y pan	493	22	76	11
24	VIERNES	Sopa de cocido Cocido completo Postre lacteo y pan	820	44	88	31
27	LUNES	Crema de calabaza Merluza MENIER CON CALABACIN Fruta y pan	521	25	77	12
28	MARTES	ALUBIAS blancas con verduras Cinta de lomo al ajillo Verdura asada Fruta y pan	579	33	63	18
29	MIÉRCOLES	Judías verdes rehogadas Tortilla de patata con ensalada Fruta y pan	505	13	58	22
30	JUEVES	Garbanzos con verduras Canelones de atún Fruta y pan	675	28	89	22
31	VIERNES	MACARRONES con tomate y chorizo Fingers de pollo con patatas Postre lacteo y pan	709	22	101	24



LUNES

MARTES

MIÉRCOLES

JUEVES

VIERNES

6 Lentejas con verduras  
Tortilla de patata  
con ZANAHORIA  
Fruta y pan sin gluten

Cal 656 Prot 26 HC 76 Gr 23

13 Pasta sin gluten con salsa de zanahoria  
Merluza en salsa verde con espárrago  
Fruta y pan sin gluten

Cal 572 Prot 29 HC 76 Gr 16

20 Lentejas con verduras  
Palometa con tomate, verdura asada  
Fruta y pan

Cal 612 Prot 30 HC 80 Gr 16

27 Crema de calabaza  
Merluza a la provenzal  
CON CALABACIN  
Fruta y pan

Cal 521 Prot 25 HC 77 Gr 12

7 ARROZ CON TOMATE  
Merluza encebollada  
con verdura asada  
Fruta y pan sin gluten

Cal 592 Prot 29 HC 72 Gr 20

14 Judías pintas con verduras  
Tortilla francesa  
Con zanahoria  
Fruta y pan sin gluten

Cal 566 Prot 30 HC 58 Gr 20

21 Arroz con verduras wok  
POLLO AL CURRY CON PATATA VAPOR  
Fruta y pan sin gluten

Cal 490 Prot 23 HC 72 Gr 12

28 ALUBIAS blancas con verduras  
Cinta de lomo al ajillo  
Verdura asada  
Fruta y pan sin gluten

Cal 579 Prot 33 HC 63 Gr 18

1 DIA DEL TRABAJADOR  
8 Guisantes rehogados  
Hamburguesa de ternera encebollada  
con patatas  
Fruta y pan sin gluten

Cal 666 Prot 24 HC 68 Gr 30

15 DIA DE SAN ISIDRO  
Fruta y pan sin gluten

22 Crema de calabacín  
FILETE DE SAJONIA AL AJILLO y pimiento morrón  
Fruta y pan sin gluten

Cal 625 Prot 18 HC 89 Gr 20

29 Judías verdes rehogadas  
Tortilla de patata  
con ensalada  
Fruta y pan sin gluten

Cal 505 Prot 13 HC 58 Gr 22

2 DIA DE LA COMUNIDAD DE MADRID  
9 Sopa de ave sin gluten  
Cocido (garbanzo, falda, patata, zanahoria)  
Fruta y pan sin gluten

Cal 773 Prot 41 HC 82 Gr 29

16 FESTIVO  
Fruta y pan sin gluten

23 Pasta SIN GLUTEN CON SALSAS albahaca  
Abadejo en salsa marinera con zanahoria  
Fruta y pan sin gluten

Cal 493 Prot 22 HC 76 Gr 11

30 Garbanzos con verduras  
Atun a la riojana  
Con pimiento morrón  
Fruta y pan sin gluten

Cal 675 Prot 28 HC 89 Gr 22

3 DIA NO LECTIVO  
10 Crema de puerros  
MERLUZA EMPANADA S/GLUTEN  
con ensalada  
Postre lacteo y pan sin gluten

Cal 648 Prot 23 HC 67 Gr 29

17 Crema de zanahoria  
MAGRO DE CERDO ESTOFADO  
con champiñón  
Postre lacteo y pan sin gluten

Cal 605 Prot 35 HC 63 Gr 22

24 Sopa de ave sin gluten  
Cocido (garbanzo, falda, patata, zanahoria)  
Postre lacteo y pan sin gluten

Cal 820 Prot 44 HC 88 Gr 31

31 Pasta sin gluten con TOMATE PROVENZAL  
Filete de pollo empanado sin gluten  
patatas al vapor  
Postre lacteo y pan sin gluten

Cal 709 Prot 22 HC 101 Gr 24



WWW.SICRESTAURACION.COM



LUNES

MARTES

MIÉRCOLES

JUEVES

VIERNES

6 Lentejas con verduras  
Tortilla de patata  
con ZANAHORIA  
Fruta y pan sin gluten

Cal 656 Prot 26 HC 76 Gr 23

13 Pasta sin gluten con salsa de zanahoria  
Merluza en salsa verde con espárrago  
Fruta y pan sin gluten

Cal 572 Prot 29 HC 76 Gr 16

20 Lentejas con verduras  
Palometa con tomate, verdura asada  
Fruta y pan

Cal 612 Prot 30 HC 80 Gr 16

27 Crema de calabaza  
Merluza a la provenzal  
CON CALABACIN  
Fruta y pan

Cal 521 Prot 25 HC 77 Gr 12

7 ARROZ CON TOMATE  
Merluza encebollada  
con verdura asada  
Fruta y pan sin gluten

Cal 592 Prot 29 HC 72 Gr 20

14 Judías pintas con verduras  
Tortilla francesa  
Con zanahoria  
Fruta y pan sin gluten

Cal 566 Prot 30 HC 58 Gr 20

21 Arroz con verduras wok  
POLLO AL CURRY CON PATATA VAPOR  
Fruta y pan sin gluten

Cal 490 Prot 23 HC 72 Gr 12

28 ALUBIAS blancas con verduras  
Cinta de lomo al ajillo  
Verdura asada  
Fruta y pan sin gluten

Cal 579 Prot 33 HC 63 Gr 18

1 DIA DEL TRABAJADOR  
8 Guisantes rehogados  
Hamburguesa de ternera encebollada  
con patatas  
Fruta y pan sin gluten

Cal 666 Prot 24 HC 68 Gr 30

15 DIA DE SAN ISIDRO  
Fruta y pan sin gluten

22 Crema de calabacín  
FILETE DE SAJONIA AL AJILLO y pimiento morrón  
Fruta y pan sin gluten

Cal 625 Prot 18 HC 89 Gr 20

29 Judías verdes rehogadas  
Tortilla de patata  
con ensalada  
Fruta y pan sin gluten

Cal 505 Prot 13 HC 58 Gr 22

2 DIA DE LA COMUNIDAD DE MADRID  
9 Sopa de ave sin gluten  
Cocido (garbanzo, falda, patata, zanahoria)  
Fruta y pan sin gluten

Cal 773 Prot 41 HC 82 Gr 29

16 FESTIVO  
Fruta y pan sin gluten

23 Pasta SIN GLUTEN CON SALSAS albahaca  
Abadejo en salsa marinera con zanahoria  
Fruta y pan sin gluten

Cal 493 Prot 22 HC 76 Gr 11

30 Garbanzos con verduras  
Atun a la riojana  
Con pimiento morrón  
Fruta y pan sin gluten

Cal 675 Prot 28 HC 89 Gr 22

3 DIA NO LECTIVO  
10 Crema de puerros  
MERLUZA EMPANADA S/GLUTEN  
con ensalada  
Postre lacteo y pan sin gluten

Cal 648 Prot 23 HC 67 Gr 29

17 Crema de zanahoria  
MAGRO DE CERDO ESTOFADO  
con champiñón  
Postre lacteo y pan sin gluten

Cal 605 Prot 35 HC 63 Gr 22

24 Sopa de ave sin gluten  
Cocido (garbanzo, falda, patata, zanahoria)  
Postre lacteo y pan sin gluten

Cal 820 Prot 44 HC 88 Gr 31

31 Pasta sin gluten con TOMATE PROVENZAL  
Filete de pollo empanado sin gluten  
patatas al vapor  
Postre lacteo y pan sin gluten

Cal 709 Prot 22 HC 101 Gr 24



WWW.SICRESTAURACION.COM





LUNES

MARTES

MIÉRCOLES

JUEVES

VIERNES

6  
Crema de calabacín  
Tortilla de patata  
con ZANAHORIA  
Fruta y pan sin gluten

Cal 656 Prot 26 HC 76 Gr 23

13  
Pasta sin gluten con salsa de zanahoria  
Merluza en salsa verde con espárrago  
Fruta y pan sin gluten

Cal 572 Prot 29 HC 76 Gr 16

20  
Verdura tricolor  
Palometa con tomate, verdura asada  
Fruta y pan

Cal 612 Prot 30 HC 80 Gr 16

27  
Crema de calabaza  
Merluza a la provenzal  
CON CALABACIN  
Fruta y pan

Cal 521 Prot 25 HC 77 Gr 12

7  
ARROZ CON TOMATE  
Merluza encebollada  
con verdura asada  
Fruta y pan sin gluten

Cal 592 Prot 29 HC 72 Gr 20

14  
Judias pintas con verduras  
Tortilla francesa  
Con zanahoria  
Fruta y pan sin gluten

Cal 566 Prot 30 HC 58 Gr 20

21  
Arroz con verduras wok  
POLLO AL CURRY CON PATATA VAPOR  
Fruta y pan sin gluten

Cal 490 Prot 23 HC 72 Gr 12

28  
ALUBIAS blancas con verduras  
Cinta de lomo al ajillo  
Verdura asada  
Fruta y pan sin gluten

Cal 579 Prot 33 HC 63 Gr 18

1  
DIA DEL TRABAJADOR  
8  
Guisantes rehogados  
Hamburguesa de ternera encebollada  
con patatas  
Fruta y pan sin gluten

Cal 666 Prot 24 HC 68 Gr 30

15  
DIA DE SAN ISIDRO  
Fruta y pan sin gluten

22  
Crema de calabacín  
FILETE DE SAJONIA AL AJILLO y pimiento morron  
Fruta y pan sin gluten

Cal 625 Prot 18 HC 89 Gr 20

29  
Judias verdes rehogadas  
Tortilla de patata  
con ensalada  
Fruta y pan sin gluten

Cal 505 Prot 13 HC 58 Gr 22

2  
DIA DE LA COMUNIDAD DE MADRID  
9  
Sopa de ave sin gluten  
Cocido (garbanzo, falda, patata, zanahoria)  
Fruta y pan sin gluten

Cal 773 Prot 41 HC 82 Gr 29

16  
FESTIVO  
Fruta y pan sin gluten

23  
Pasta SIN GLUTEN CON SALSAS albahaca  
Abadejo en salsa marinera con zanahoria  
Fruta y pan sin gluten

Cal 493 Prot 22 HC 76 Gr 11

30  
Garbanzos con verduras  
Atun a la riojana  
Con pimiento morron  
Fruta y pan sin gluten

Cal 675 Prot 28 HC 89 Gr 22

3  
DIA NO LECTIVO  
10  
Crema de puerros  
MERLUZA EMPANADA S/GLUTEN  
con ensalada  
Postre lacteo y pan sin gluten

Cal 648 Prot 23 HC 67 Gr 29

17  
Crema de zanahoria  
MAGRO DE CERDO ESTOFADO  
con champiñón  
Postre lacteo y pan sin gluten

Cal 605 Prot 35 HC 63 Gr 22

24  
Sopa de ave sin gluten  
Cocido (garbanzo, falda, patata, zanahoria)  
Postre lacteo y pan sin gluten

Cal 820 Prot 44 HC 88 Gr 31

31  
Pasta sin gluten con TOMATE PROVENZAL  
Filete de pollo empanado sin gluten  
patatas al vapor  
Postre lacteo y pan sin gluten

Cal 709 Prot 22 HC 101 Gr 24



LUNES

MARTES

MIÉRCOLES

JUEVES

VIERNES

6 Lentejas con verduras  
Tortilla de patata  
con ZANAHORIA  
Fruta y pan sin gluten

Cal 656 Prot 26 HC 76 Gr 23

13 Pasta sin gluten con salsa de zanahoria  
Merluza en salsa verde con espárrago  
Fruta y pan sin gluten

Cal 572 Prot 29 HC 76 Gr 16

20 Lentejas con verduras  
Palometa con tomate, verdura asada  
Fruta y pan

Cal 612 Prot 30 HC 80 Gr 16

27 Crema de calabaza  
Merluza a la provenzal  
CON CALABACIN  
Fruta y pan

Cal 521 Prot 25 HC 77 Gr 12

7 ARROZ CON TOMATE  
Merluza encebollada  
con verdura asada  
Fruta y pan sin gluten

Cal 592 Prot 29 HC 72 Gr 20

14 Judias pintas con verduras  
Tortilla francesa  
Con zanahoria  
Fruta y pan sin gluten

Cal 566 Prot 30 HC 58 Gr 20

21 Arroz con verduras wok  
POLLO AL CURRY CON PATATA VAPOR  
Fruta y pan sin gluten

Cal 490 Prot 23 HC 72 Gr 12

28 ALUBIAS blancas con verduras  
Cinta de lomo al ajillo  
Verdura asada  
Fruta y pan sin gluten

Cal 579 Prot 33 HC 63 Gr 18

1 DIA DEL TRABAJADOR

8 Guisantes rehogados  
Hamburguesa de ternera encebollada  
con patatas  
Fruta y pan sin gluten

Cal 666 Prot 24 HC 68 Gr 30

15 DIA DE SAN ISIDRO

22 Crema de calabacin  
FILETE DE SAJONIA AL AJILLO y pimiento morron  
Fruta y pan sin gluten

Cal 625 Prot 18 HC 89 Gr 20

29 Judias verdes rehogadas  
Tortilla de patata  
con ensalada  
Fruta y pan sin gluten

Cal 505 Prot 13 HC 58 Gr 22

2 DIA DE LA COMUNIDAD DE MADRID

9 Sopa de ave sin gluten  
Cocido (garbanzo, falda, patata, zanahoria)  
Fruta y pan sin gluten

Cal 773 Prot 41 HC 82 Gr 29

16 FESTIVO

23 Pasta SIN GLUTEN CON SALSAS albahaca  
Abadejo en salsa marinera con zanahoria  
Fruta y pan sin gluten

Cal 493 Prot 22 HC 76 Gr 11

30 Garbanzos con verduras  
Atun a la riojana  
Con pimiento morron  
Fruta y pan sin gluten

Cal 675 Prot 28 HC 89 Gr 22

3 DIA NO LECTIVO

10 Crema de puerros  
MERLUZA EMPANADA S/GLUTEN  
con ensalada  
Postre lacteo y pan sin gluten

Cal 648 Prot 23 HC 67 Gr 29

17 MAGRO DE CERDO ESTOFADO  
con champiñón  
Postre lacteo y pan sin gluten

Cal 605 Prot 35 HC 63 Gr 22

24 Sopa de ave sin gluten  
Cocido (garbanzo, falda, patata, zanahoria)  
Postre lacteo y pan sin gluten

Cal 820 Prot 44 HC 88 Gr 31

31 Pasta sin gluten con TOMATE PROVENZAL  
Filete de pollo empanado sin gluten  
patatas al vapor  
Postre lacteo y pan sin gluten

Cal 709 Prot 22 HC 101 Gr 24



LUNES

MARTES

MIÉRCOLES

JUEVES

VIERNES

Fecha	Menú	Cal	Prot	HC	Gr
6	Lentejas con verduras lacon gallega con ensalada Fruta y pan	656	26	76	23
7	ARROZ CON TOMATE Merluza al ajillo con verdura asada Fruta y pan	592	29	72	20
8	Guisantes rehogados Albóndigas mixtas (BURGER MEAT) en salsa con patatas Fruta y pan	666	24	68	30
9	Sopa de ave sin gluten Cocido completo Fruta y pan	773	41	82	29
10	Crema de puerros Bacalao rebocado con ensalada Postre de soja y pan	648	23	67	29
13	Pasta sin gluten con salsa de zanahoria Merluza en salsa verde con guisantes Fruta y pan	572	29	76	16
14	Judias pintas con verduras FILETE DE POLLO MARINADO CON ZANAHORIA Fruta y pan	566	30	58	20
15	DIA DE SAN ISIDRO				
16	FESTIVO				
17	Crema de zanahoria Carrilleras estofadas con champiñón Postre de soja y pan	605	35	63	22
20	Lentejas con verduras Palometa con tomate y pisto Fruta y pan	612	30	80	16
21	ARROZ ESTILO MARROQUI ESTOFADO DE POLLO ECUATORIANO Fruta y pan	490	23	72	12
22	Crema de calabacin FILETE DE SAJONIA AJILLO Y PIMIENTO MORRON Fruta y pan	625	18	89	20
23	Pasta SIN GLUTEN CON SALSAS albahaca Abadejo en salsa marinera con zanahoria Fruta y pan	493	22	76	11
24	Sopa de ave sin gluten Cocido completo Postre de soja y pan	820	44	88	31
27	Crema de calabaza Merluza MENIER CON CALABACIN Fruta y pan	521	25	77	12
28	ALUBIAS blancas con verduras Cinta de lomo al ajillo Verdura asada Fruta y pan	579	33	63	18
29	Judias verdes rehogadas FILETE DE POLLO EN SU JUGO CON ZANAHORIA Fruta y pan	505	13	58	22
30	Garbanzos con verduras Atun a la RIOJANA con pimiento morron Fruta y pan	675	28	89	22
31	Pasta sin gluten con TOMATE PROVENZAL Fingers de pollo con patatas Postre de soja y pan	709	22	101	24





LUNES

MARTES

MIÉRCOLES

JUEVES

VIERNES

Cal	Prot	HC	Gr	1	2	3													
				DIA DEL TRABAJADOR															
				DIA DE LA COMUNIDAD DE MADRID															
				DIA NO LECTIVO															
6	Lentejas con verduras Lacon a la Gallega con ensalada Fruta y pan	7	ARROZ CON TOMATE Merluza al ajillo con verdura asada Fruta y pan	8	Guisantes rehogados Albóndigas mixtas (BURGER MEAT) en salsa con patatas Fruta y pan	9	Sopa de ave sin gluten Cocido completo Fruta y pan												
Cal 656	Prot 26	HC 76	Gr 23	Cal 592	Prot 29	HC 72	Gr 20	Cal 666	Prot 24	HC 68	Gr 30	Cal 773	Prot 41	HC 82	Gr 29	Cal 648	Prot 23	HC 67	Gr 29
13	Pasta sin gluten con salsa de zanahoria Merluza en salsa verde con guisantes Fruta y pan	14	Judias pintas con verduras FILETE DE POLLO MARINADO Con zanahoria Fruta y pan	15	DIA DE SAN ISIDRO			16	FESTIVO			17	Crema de zanahoria Carrilleras estofadas con champiñón Postre lacteo y pan						
Cal 572	Prot 29	HC 76	Gr 16	Cal 566	Prot 30	HC 58	Gr 20					Cal 605	Prot 35	HC 63	Gr 22				
20	Lentejas con verduras Palometa con tomate y PISTO Fruta y pan	21	ARROZ ESTILO MARROQUI ESTOFADO DE POLLO ECUATORIANO Fruta y pan	22	Crema de calabacin FILETE DE SAJONIA AJILLO Y PIMIENTO MORRON Fruta y pan	23	Pasta SIN GLUTEN CON SALSA albahaca Abadejo en salsa marinera con zanahoria Fruta y pan	24	Sopa de ave sin gluten Cocido completo Postre lacteo y pan										
Cal 612	Prot 30	HC 80	Gr 16	Cal 490	Prot 23	HC 72	Gr 12	Cal 625	Prot 18	HC 89	Gr 20	Cal 493	Prot 22	HC 76	Gr 11	Cal 820	Prot 44	HC 88	Gr 31
27	Crema de calabaza Merluza MENIER CON CALABACIN Fruta y pan	28	ALUBIAS blancas con verduras Cinta de lomo al ajillo Verdura asada Fruta y pan	29	Judias verdes rehogadas FILETE DE POLLO EN SU JUGO con zanahoria Fruta y pan	30	Garbanzos con verduras Atun a la RIOJANA con pimiento morron Fruta y pan	31	Pasta sin gluten con TOMATE PROVENZAL Fingers de pollo con patatas Postre lacteo y pan										
Cal 521	Prot 25	HC 77	Gr 12	Cal 579	Prot 33	HC 63	Gr 18	Cal 505	Prot 13	HC 58	Gr 22	Cal 675	Prot 28	HC 89	Gr 22	Cal 709	Prot 22	HC 101	Gr 24



LUNES

MARTES

MIÉRCOLES

JUEVES

VIERNES

6 Lentejas con verduras  
Tortilla de patata  
con ensalada  
Fruta y pan

Cal 656 Prot 26 HC 76 Gr 23

7 ARROZ CON TOMATE  
Merluza al ajillo  
con verdura asada  
Fruta y pan

Cal 592 Prot 29 HC 72 Gr 20

1 DIA DEL TRABAJADOR

8 Guisantes rehogados  
Albóndigas mixtas (BURGER MEAT)  
en salsa con patatas  
Fruta y pan

Cal 666 Prot 24 HC 68 Gr 30

2 DIA DE LA COMUNIDAD DE MADRID

9 Sopa de cocido  
Cocido completo  
Fruta y pan

Cal 773 Prot 41 HC 82 Gr 29

3 DIA NO LECTIVO

10 Crema de puerros  
Bacalao rebozado  
con ensalada  
Postre lacteo y pan

Cal 648 Prot 23 HC 67 Gr 29

13 MACARRONES INTEGRALES napolitana  
Merluza en salsa verde con guisantes  
Fruta y pan

Cal 572 Prot 29 HC 76 Gr 16

14 Judias pintas con verduras  
Tortilla francesa  
Queso  
Fruta y pan

Cal 566 Prot 30 HC 58 Gr 20

15 DIA DE SAN ISIDRO

22 Crema de calabacin  
Jamon york villaroy  
con ensalada  
Fruta y pan

Cal 625 Prot 18 HC 89 Gr 20

16 FESTIVO

23 ESPAGUETIS con tomate  
Abadejo en salsa marinera con zanahoria  
Fruta y pan

Cal 493 Prot 22 HC 76 Gr 11

17 Crema de zanahoria  
Carrilleras estofadas  
con champiñón  
Postre lacteo y pan

Cal 605 Prot 35 HC 63 Gr 22

20 Lentejas con verduras  
Palometa con tomate y PISTO  
Fruta y pan

Cal 612 Prot 30 HC 80 Gr 16

21 ARROZ ESTILO MARROQUI  
ESTOFADO DE POLLO ECUATORIANO  
Fruta y pan

Cal 490 Prot 23 HC 72 Gr 12

29 Judias verdes rehogadas  
Tortilla de patata  
con ensalada  
Fruta y pan

Cal 505 Prot 13 HC 58 Gr 22

30 Garbanzos con verduras  
Canelones de atún  
Fruta y pan

Cal 675 Prot 28 HC 89 Gr 22

24 Sopa de cocido  
Cocido completo  
Postre lacteo y pan

Cal 820 Prot 44 HC 88 Gr 31

27 Crema de calabaza  
Merluza MENIER  
CON CALABACIN  
Fruta y pan

Cal 521 Prot 25 HC 77 Gr 12

28 ALUBIAS blancas con verduras  
Cinta de lomo al ajillo  
Verdura asada  
Fruta y pan

Cal 579 Prot 33 HC 63 Gr 18

29 Judias verdes rehogadas  
Tortilla de patata  
con ensalada  
Fruta y pan

Cal 505 Prot 13 HC 58 Gr 22

30 Garbanzos con verduras  
Canelones de atún  
Fruta y pan

Cal 675 Prot 28 HC 89 Gr 22

31 MACARRONES con tomate y chofizo  
Fingers de pollo  
con patatas  
Postre lacteo y pan

Cal 709 Prot 22 HC 101 Gr 24



WWW.SICRESTAURACION.COM







LUNES

MARTES

MIÉRCOLES

JUEVES

VIERNES

LUNES					MARTES					MIÉRCOLES					JUEVES					VIERNES																			
										1					2					3																			
										DIA DEL TRABAJADOR					DIA DE LA COMUNIDAD DE MADRID					DIA NO LECTIVO																			
6					7					8					9					10																			
CREMa de calabacín					ARROZ CON TOMATE					CREMA DE CALABAZA					Sopa de ave sin gluten					Crema de puerros																			
Tortilla de patata					LACON GALLEGA					RAGU TERNERA EN SALSA					FILETE DE POLLO AJILLO					FILETE DE PAVO AL LIMON																			
con ensalada					CON VERDURA ASADA					CON PATATA VAPOR					CON ZANAHORIA					con ensalada																			
Fruta y pan					Fruta y pan					Fruta y pan					Fruta y pan					Postre lacteo y pan																			
Cal	656	Prot	26	HC	76	Gr	23	Cal	592	Prot	29	HC	72	Gr	20	Cal	666	Prot	24	HC	68	Gr	30	Cal	773	Prot	41	HC	82	Gr	29	Cal	648	Prot	23	HC	67	Gr	29
13					14					15					16					17																			
Pasta sin gluten con salsa de zanahoria					PISTO DE VERDURAS					DIA DE SAN ISIDRO					FESTIVO					Crema de zanahoria																			
RAGU DE PAVO ESTOFADO					Tortilla francesa															Carrilleras estofadas																			
CON CALABACIN					Queso															con champiñón																			
Fruta y pan					Fruta y pan															Postre lacteo y pan																			
Cal	572	Prot	29	HC	76	Gr	16	Cal	566	Prot	30	HC	58	Gr	20											Cal	605	Prot	35	HC	63	Gr	22						
20					21					22					23					24																			
VERDURA TRICOLOR					ARROZ CON VERDURA WOK					Crema de calabacín					Pasta SIN GLUTEN CON SALSa albahaca					Sopa de ave sin gluten																			
RAGU DE PAVO ESTOFADO					POLLO AL CURRY CON PATATA VAPOR					FILETE DE SAJONIA AJILLO					FILETE DE POLLO EN SALSA					FILETE DE POLLO AJILLO																			
CON VERDURA ASADA										Y PIMIENTO MORRON					CON ZANAHORIA					CON ZANAHORIA																			
Fruta y pan					Fruta y pan					Fruta y pan					Fruta y pan					Fruta y pan					Postre lacteo y pan														
Cal	612	Prot	30	HC	80	Gr	16	Cal	490	Prot	23	HC	72	Gr	12	Cal	625	Prot	18	HC	89	Gr	20	Cal	493	Prot	22	HC	76	Gr	11	Cal	820	Prot	44	HC	88	Gr	31
27					28					29					30					31																			
Crema de calabaza					BROCOLI REHOGADO					CREMA DE CALABACIN					Garbanzos con verduras					Pasta sin gluten con TOMATE PROVENZAL																			
FILETE DE PAVO PROVENZAL					Cinta de lomo al ajillo					Tortilla de patata					RAGU DE PAVO RIOJANA					FILETE DE POLLO ENCEBOLLADO																			
CON CALABACIN					Verdura asada					con ensalada					CON PIMIENTO MORRON					con patatas																			
Fruta y pan					Fruta y pan					Fruta y pan					Fruta y pan					Postre lacteo y pan																			
Cal	521	Prot	25	HC	77	Gr	12	Cal	579	Prot	33	HC	63	Gr	18	Cal	505	Prot	13	HC	58	Gr	22	Cal	675	Prot	28	HC	89	Gr	22	Cal	709	Prot	22	HC	101	Gr	24



LUNES

MARTES

MIÉRCOLES

JUEVES

VIERNES

6  
Crema de calabacín  
Tortilla de patata con zanahoria  
Fruta y pan sin gluten

Cal 656 Prot 26 HC 76 Gr 23

13  
Pasta sin gluten con salsa de zanahoria  
Merluza en salsa verde con espárrago  
Fruta y pan sin gluten

Cal 572 Prot 29 HC 76 Gr 16

20  
Verdura tricolor  
Palometa con tomate y verdura asada  
Fruta y pan sin gluten

Cal 612 Prot 30 HC 80 Gr 16

27  
Crema de calabaza  
Merluza a la provenzal  
CON CALABACIN  
Fruta y pan sin gluten

Cal 521 Prot 25 HC 77 Gr 12

7  
ARROZ CON TOMATE  
Merluza Merluza ENCEBOLLADA con verdura asada  
Fruta y pan sin gluten

Cal 592 Prot 29 HC 72 Gr 20

14  
Pisto de verdura  
Tortilla francesa con zanahoria  
Fruta y pan sin gluten

Cal 566 Prot 30 HC 58 Gr 20

21  
Arroz con verduras wok  
POLLO AL CURRY CON PATATA VAPOR  
Fruta y pan sin gluten

Cal 490 Prot 23 HC 72 Gr 12

28  
Brocoli rehogado  
Cinta de lomo al ajillo  
Verdura asada  
Fruta y pan sin gluten

Cal 579 Prot 33 HC 63 Gr 18

1  
DÍA DEL TRABAJADOR

8  
Crema de calabaza  
ragu de ternera en salsa con patatas  
Fruta y pan sin gluten

Cal 666 Prot 24 HC 68 Gr 30

15  
DÍA DE SAN ISIDRO

22  
Crema de calabacín  
FILETE DE SAJONIA AL AJILLO y pimiento morrón  
Fruta y pan sin gluten

Cal 625 Prot 18 HC 89 Gr 20

29  
Crema de calabacín  
Tortilla de patata con ensalada  
Fruta y pan sin gluten

Cal 505 Prot 13 HC 58 Gr 22

30  
Arroz con verduras  
Merluza al horno con pimiento morrón  
Fruta y pan sin gluten

Cal 675 Prot 28 HC 89 Gr 22

2  
DÍA DE LA COMUNIDAD DE MADRID

9  
Sopa de ave sin gluten  
filete de pollo ajillo con zanahoria  
Fruta y pan sin gluten

Cal 773 Prot 41 HC 82 Gr 29

16  
FESTIVO

23  
Pasta SIN GLUTEN CON SALSA albahaca  
Abadejo en salsa marinera con zanahoria  
Fruta y pan sin gluten

Cal 493 Prot 22 HC 76 Gr 11

30  
Arroz con verduras  
Merluza al horno con pimiento morrón  
Fruta y pan sin gluten

Cal 675 Prot 28 HC 89 Gr 22

30  
Arroz con verduras  
Merluza al horno con pimiento morrón  
Fruta y pan sin gluten

Cal 675 Prot 28 HC 89 Gr 22

3  
DÍA NO LECTIVO

10  
Crema de puerros  
MERLUZA EMPANADA S/GLUTEN con ensalada  
Postre lacteo y pan sin gluten

Cal 648 Prot 23 HC 67 Gr 29

17  
Crema de zanahoria  
MAGRO DE CERDO ESTOFADO con champiñón  
Postre lacteo y pan sin gluten

Cal 605 Prot 35 HC 63 Gr 22

24  
Sopa de ave sin gluten  
filete de pollo ajillo con zanahoria  
Postre lacteo y pan sin gluten

Cal 820 Prot 44 HC 88 Gr 31

31  
Pasta sin gluten con TOMATE PROVENZAL  
Filete de pollo empanado sin gluten  
Patatas al vapor  
Postre lacteo y pan sin gluten

Cal 709 Prot 22 HC 101 Gr 24



LUNES

MARTES

MIÉRCOLES

JUEVES

VIERNES

Cal	Prot	HC	Gr	Menú	Cal	Prot	HC	Gr	Menú	Cal	Prot	HC	Gr	Menú	Cal	Prot	HC	Gr	Menú	Cal	Prot	HC	Gr	Menú						
										1					2					3										
										DIA DEL TRABAJADOR				DIA DE LA COMUNIDAD DE MADRID				DIA NO LECTIVO												
6				Lentejas con verduras Tortilla de patata con ensalada Fruta y pan	7				ARROZ CON TOMATE Merluza al ajillo con verdura asada Fruta y pan	8				Guisantes rehogados Albóndigas mixtas (BURGER MEAT) en salsa con patatas Fruta y pan	9				Sopa de cocido Cocido completo Fruta y pan	10				Crema de puerros Bacalao rebozado con ensalada Postre lacteo y pan						
Cal 656	Prot 26	HC 76	Gr 23		Cal 592	Prot 29	HC 72	Gr 20		Cal 666	Prot 24	HC 68	Gr 30		Cal 773	Prot 41	HC 82	Gr 29		Cal 648	Prot 23	HC 67	Gr 29							
13				MACARRONES INTEGRALES napolitana Merluza en salsa verde con guisantes Fruta y pan	14				Judias pintas con verduras Tortilla francesa Con zanahoria Fruta y pan	15				DIA DE SAN ISIDRO				16				FESTIVO				17				Crema de zanahoria Carrilleras estofadas con champiñón Postre lacteo y pan
Cal 572	Prot 29	HC 76	Gr 16		Cal 566	Prot 30	HC 58	Gr 20		Cal 605	Prot 35	HC 63	Gr 22		Cal 605	Prot 35	HC 63	Gr 22		Cal 605	Prot 35	HC 63	Gr 22							
20				Lentejas con verduras Palometa con tomate y PISTO Fruta y pan	21				ARROZ ESTILO MARROQUI ESTOFADO DE POLLO ECUATORIANO Fruta y pan	22				23						24					Sopa de cocido Cocido completo Postre lacteo y pan					
Cal 612	Prot 30	HC 80	Gr 16		Cal 490	Prot 23	HC 72	Gr 12		Cal 625	Prot 18	HC 89	Gr 20	Cal 493	Prot 22	HC 76	Gr 11		Cal 820	Prot 44	HC 88	Gr 31								
27				Crema de calabaza Merluza MENIER CON CALABACIN Fruta y pan	28				ALUBIAS blancas con verduras Cinta de lomo al ajillo Verdura asada Fruta y pan	29				30					31						MACARRONES con tomate y chorizo Fingers de pollo con patatas Postre lacteo y pan					
Cal 521	Prot 25	HC 77	Gr 12		Cal 579	Prot 33	HC 63	Gr 18		Cal 505	Prot 13	HC 58	Gr 22	Cal 675	Prot 28	HC 89	Gr 22		Cal 709	Prot 22	HC 101	Gr 24								



SIC  [WWW.SICRESTAURACION.COM](http://WWW.SICRESTAURACION.COM)

