



Colegio Greenfield Menú basal - abril Prim. ESO Y Bach - Greenfield

		01-04-2026 No hay menu asignado	02-04-2026 No hay menu asignado	03-04-2026 No hay menu asignado
06-04-2026 No hay menu asignado	07 Kcal: 859 HC: 78 PR: 32 GR: 34 LENTEJAS CON VERURAS Y QUINOA NUGGETS DE POLLO ENSALADA MIXTA FRUTA DEL TIEMPO	08 Kcal: 911 HC: 69 PR: 26 GR: 44 ESPAGUETIS BOLOÑESA MERLUZA AL HORNO MERLUZA ROMANA ENSALADA MIXTA FRUTA DEL TIEMPO YOGUR	09 Kcal: 635 HC: 61 PR: 31 GR: 29 SOPA DE VERDURAS ALBÓNDIGAS DE TERNERA PATATAS FRITAS FRUTA DEL TIEMPO	10 Kcal: 711 HC: 22 PR: 30 GR: 42 BRÓCOLI GRATINADO PURÉ DE VERDURAS FRESCAS ESCALOPE MILANESA ENSALADA MIXTA FRUTA DEL TIEMPO
13 Kcal: 755 HC: 65 PR: 19 GR: 35 CREMA DE CALABAZA LASAÑA DE CARNE DE TERNERA ENSALADA MIXTA FRUTA DEL TIEMPO	14 Kcal: 695 HC: 91 PR: 30 GR: 13 SOPA DE COCIDO COCIDO MADRILEÑO COMPLETO FRUTA DEL TIEMPO	15 Kcal: 819 HC: 18 PR: 34 GR: 41 JUDIAS VERDES CON JAMÓN SOLOMILLOS DE IBERICO AL HORNO PURÉ DE PATATAS FRUTA DEL TIEMPO YOGUR	16 Kcal: 455 HC: 47 PR: 10 GR: 15 ARROZ TRES DELICIAS ARROZ BLANCO CON TOMATE HUEVOS CON BECHAMEL ENSALADA MIXTA FRUTA DEL TIEMPO	17 Kcal: 756 HC: 45 PR: 34 GR: 37 JUDÍAS PINTAS CON ARROZ SALMÓN AL HORNO MERLUZA EN SALSA VERDE ENSALADA MIXTA FRUTA DEL TIEMPO
20 Kcal: 692 HC: 22 PR: 28 GR: 41 ESPINACAS A LA CREMA PURÉ DE VERDURAS FRESCAS CINTA DE LOMO ADOBADA A LA PLANCHA ENSALADA MIXTA FRUTA DEL TIEMPO	21 Kcal: 782 HC: 60 PR: 42 GR: 29 LACITOS CARBONARA TALLARINES CON TOMATE FILETE DE LENGUADO AL HORNO ENSALADA MIXTA FRUTA DEL TIEMPO	22 Kcal: 567 HC: 44 PR: 20 GR: 21 ARROZ A BANDA REDONDO DE PAVO AL HORNO ENSALADA MIXTA FRUTA DEL TIEMPO YOGUR	23 Kcal: 865 HC: 55 PR: 34 GR: 42 LENTEJAS CON VERDURAS TORTILLA DE PATATAS ENSALADA MIXTA FRUTA DEL TIEMPO	24 Kcal: 718 HC: 96 PR: 21 GR: 26 SOPA DE COCIDO FAJITAS DE POLLO Y VERDURAS ENSALADA MIXTA FRUTA DEL TIEMPO
27 Kcal: 779 HC: 94 PR: 13 GR: 30 FIDEUA DE VERDURAS CROQUETAS DE JAMÓN ENSALADA MIXTA FRUTA DEL TIEMPO	28 Kcal: 649 HC: 63 PR: 19 GR: 25 CREMA DE ZANAHORIAS LASAÑA DE CARNE DE TERNERA FRUTA DEL TIEMPO	29 Kcal: 710 HC: 28 PR: 29 GR: 44 ENSALADA ILUSTRADA SOLOMILLOS DE POLLO EN SALSA ARROZ BLANCO FRUTA DEL TIEMPO NATILLAS CASERAS	30 Kcal: 970 HC: 82 PR: 25 GR: 46 ESPAGUETIS AL PESTO ESPAGUETIS CON TOMATE MERLUZA AL HORNO ENSALADA MIXTA FRUTA DEL TIEMPO	

Los alumnos podrán escoger plato cuando se presente en el menú dos opciones de primero o segundo. Se ofrecerá todos los días una variedad de frutas de temporada. Las calorías reflejadas representan una media en alumnos entre 10 y 13 años, pueden variar según edades en 300 kcal arriba o abajo

- Gluten
- Altramuz
- Dioxido de azufre y sulfitos
- Molusco
- Cacahuete
- Apio
- Huevos
- Pescado
- Lacteo
- Mostaza
- Crustaceo
- Sesamo
- Frutos secos
- Soja

Kcal: Kilocalorías **PR:** Proteínas **HC:** Hidratos **GR:** Grasas

I5 - Alergias e intolerancias I3 - Celíacos I4 - Celíacos Infantil I2 - Infantil I1 - Prim, ESO y Bach

Colegio Greenfield - B56785157 - 910771188 | lola.garcia@colegiogreenfield.es - Ctra. de Carabanchel a Villaverde, 82 - 28021 Madrid, Madrid